

వేదార్థ విజ్ఞానం



మంత్రకర్త

ఓ౩మ్ నామక సర్వవ్యాపక సర్వేశ్వరుడు

వివరణాత్మక వ్యాఖ్య :

సుమ్నార్థి

(డా. కోడూరి సుబ్బారావు)

గాయత్రీ ఆశ్రమ ట్రస్టు ప్రచురణ

గాయత్రీ గ్రంథమాల : 65

"వేదార్థ విజ్ఞానం"

ప్రథమ ముద్రణ : ప్రతులు 1000

సృష్టి సంవత్సరము = 197,29,49,120

దయానందాబ్దము = 195

శ్రీ వికారి నామ సంవత్సరము, కార్తీక మాసము

మూల్యము : రూ. 100/- (తపాలా ఖర్చులు అదనము)

ప్రతులకు :

1) **గాయత్రీ ఆశ్రమ ట్రస్టు - ఆర్య సమాజము మేడిబావి,**
12-10-586/6, ఇందిరానగర్, రోడ్ నెం. 2,
వారాసిగూడ, సికింద్రాబాద్ - 500 061, సెల్ : 9848011073.

2) **డా॥ కోడూరి సుబ్బారావు,** వైదిక వానప్రస్థాశ్రమం,
హనుమాపురం P.O. భువనగిరి - 508 116,
సెల్ : 9908994084.

3) **ఆర్యసమాజము - సీతాఫలమండి,** సికింద్రాబాద్ - 500 061.
ఫోన్ : 27071816, 9133134156, 9393645940

4) **పం. మురళీ బ్రహ్మాచారి,** జూలమ్మగుడి ఎదురుగా,
రెజిమంటల్ బజార్, సికింద్రాబాద్. ఫోన్ : 9441033702.

5) **శ్రీ బాశెట్టి సత్తయ్య,** జె-38, రాంగోపాల్ పేట,
సికింద్రాబాద్. ఫోన్ : 99485 39795

డి.టి.పి. & ప్రింటింగ్ :

విక్రాంత్ ప్రింట్ హౌస్,
వారాసిగూడ, సికింద్రాబాద్ - 500 061.
ఫోన్ : 9705085608.

విషయ సూచిక

పుస్తక నేపథ్యం

ఈ పుస్తకాన్ని వ్యాససంపుటి అనవచ్చు - 6 సంవత్సరాలుగా మా సీతాఫలమండి ఆర్యసమాజం వారు ప్రతినెల 4 పుటలతో ఒక వేదసందేశాన్ని 1000 (వెయ్యి) ప్రతులు ముద్రించి వితరణ చేస్తున్నారు. అవన్నీ నా రచనలే కావటం విశేషం. వాటిలో కొన్ని కరపత్రాలను (1) ఈశావాస్యమిదం సర్వం, (2) పండుగల పరమార్థం (3) దేవుడు - జీవుడు - ప్రకృతి అనే 3 పుస్తకాలుగా మా గాయత్రీ ఆశ్రమ ట్రస్టు ద్వారా ప్రచురించటం జరిగింది. దానితో ఆర్యపురోహితులకు, ప్రచారకులకు కావలసిన విషయాలు అందుబాటులోనికి వచ్చాయి. ఇంతేకాక, గృహస్థులకు జిజ్ఞాసువులకు, విమర్శకులకు కూడా చక్కటి వేదవిషయాలు లభించాయి. పాఠకులు వ్రాసిన ఉత్తరాలే వీటికి సాక్ష్యం, మా శ్రమ ఫలించినందుకు మాకు చాలా తృప్తి కలిగింది.

దానితో పై మూడు పుస్తకాలు పోగా మిగిలిన కరపత్రాలను కూడా ఒక పుస్తకంగా ప్రచురిస్తే బాగుంటుంది కదా ! అనే ఆలోచన ప్రారంభమయ్యింది. ఈ విషయాన్ని ముందుగా కీ॥శే॥ పం. వంకం సుబ్బన్నగారి ఏకైక కుమార్తెయైన శ్రీమతి బహదూర్ పద్మావతి గారికి చెప్పటం జరిగింది. ఆమె పెద్దగా ఆలోచించకుండానే వెంటనే ఈ ఆలోచన చాలా బాగుందన్నారు. కరపత్రాలుగానే ఉండిపోతే అవి క్రమంగా కనుమరుగైపోతాయి, భావి తరాలవారికి అందకుండా పోతాయి. కనుక ప్రచురిస్తేనే బాగుంటుందని ప్రోత్సహించారు. ఇంతేగాక, ఆ పుస్తక ముద్రణ బాధ్యతకూడా నేనే వహిస్తానన్నారు. కొందరి ఆర్థిక సహకారంతోను, శ్రీ డి.గంగాధర్ ఆర్య గారి ప్రూఫ్‌లు దిద్దే సహకారంతోను, విక్రాంత్ ప్రింటు హౌస్ వారి సహకారంతోను దానిని పూర్తి చేస్తానన్నారు. మా నాన్నగారైన కీ॥శే॥ పం. వంకం సుబ్బన్నగారి మాసిక పత్రాలను కీ॥శే॥ పం. పి.వి. రమణా రెడ్డి గారు ముద్రించి యిచ్చినట్లు నేను మీ కరపత్రాలను పుస్తకంగా ముద్రించి ఇస్తానన్నారు. దానితో నాకు చాలా ఆనందం కలిగినది. ఈ బలహీన దశలో ఆ పుస్తక ముద్రణ భారాన్నంతా నేను వహించలేను. అట్టి సమయంలో సర్వాంతర్యామియైన ఆ పరమాత్మయే ఆమెలో ఆ ప్రేరణ కలిగించి నాకు మరొక సాయం అందించాడని ఆనందించాను.

పుస్తక ముద్రణకు ఆర్థికసాయం అందించిన దాతల పేర్లు

1)	అనంతపురం ఆర్యసమాజం వారు	10,116/-
2)	శ్రీమతి మాకం పద్మావతి గారు	5,000/-
3)	స్వ. శ్రీమతి బోయ సవారమ్మ గారి స్మృతిలో వారి అన్నగారు శ్రీ పం. బుచ్చన్న ఆర్య గారు	5,000/-
4)	శ్రీ అమీర్ పాషా గారు	1,000/-
5)	శ్రీ ఎస్. సూర్యనారాయణ గారు	1,000/-
6)	శ్రీ చౌడం సత్యనారాయణ గారు	1,000/-
7)	శ్రీ పి. కృష్ణమూర్తి గారు	1,016/-
8)	శ్రీమతి మనోహరమ్మ గారు	500/-
9)	శ్రీమతి ఎ. సరస్వతమ్మ గారు	500/-
10)	శ్రీమతి ఆర్. సత్యవతమ్మ గారు	500/-

మిగిలిన ఖర్చంతా శ్రీమతి బి. పద్మావతి గారే భరిస్తున్నారు. వారికి నా ప్రత్యేక హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు, ఆశీస్సులు.

దాతలకు, బాధ్యత వహించిన శ్రీమతి బి. పద్మావతి గారికి, ప్రూఫ్‌లు దిద్దిన శ్రీ డి.గంగాధర్ ఆర్య గారికి, విక్రాంత్ ప్రింట్ హౌస్ వారికి, పాఠకులకు, అభిమానులకు అందరికి నా ధన్యవాదాలు, శుభాకాంక్షలు.

- సుమ్మార్థి

(డా. కోడూరి సుబ్బారావు)



వేదమాతకు వందనములు

ఋషి : బ్రహ్మ, దేవత : ఇంద్రాదయో మంత్రోక్తాః,
చందస్సు : పంచపదాఽతి జగతి

ఓం స్తుతామయా వరదా వేదమాతా,
ప్ర చోదయన్తాం పావమానీ ద్విజానామ్
ఆయుః ప్రాణం ప్రజాం పశుం కీర్తింద్రవిణం బ్రహ్మవర్చసం ।
మహ్యం దత్వా వ్రజత బ్రహ్మలోకం ॥

- అథర్వవేదం (19-71-1)

నాచే కీర్తింపబడిన వరదాయినియైన వేదమాత ద్విజులను - విద్యాసదాచార సంపన్నులందరిని పవిత్రపరిచి సత్కర్మలయందు ప్రేరేపించును గాక !

ఆ తల్లి నాకు దీర్ఘాయువును, బలమైన ప్రాణశక్తిని, సుపుత్రులను, సన్మిత్రులను, పశుసంపదలను, సువిశాల కీర్తిని, పుష్కల ధనరాశిని, స్థిర సమాధిచే కలుగు బ్రహ్మవర్చస్సును ప్రసాదించి, నన్ను బ్రహ్మలోకమునకు - మోక్షధామమునకు చేర్చును గాక !

- సుమ్నార్థి
(డా. కోడూరి సుబ్బారావు)

గాయత్రీ ఆశ్రమ ట్రస్టు ప్రచురణలు

(సుమ్నార్థి డా॥ సుబ్బారావు గారి రచనలు)

1. గాయత్రీ మహిమ 30-00
2. గాయత్రీ విజ్ఞానం (ముద్రణలో)
3. మన ఇతిహాసం 70-00
4. మన వేదశాస్త్రాల పరిచయం 60-00
5. అగ్నిహోత్రం 100 శాతం వైజ్ఞానికం 60-00
6. అగ్నిహోత్ర రాసాయనిక విశ్లేషణ 30-00
7. అగ్నిహోత్ర ఆధ్యాత్మిక స్వరూపము 30-00
8. గోమాత 40-00
9. వేదాలలో సూర్యకిరణ చికిత్స 80-00
10. వేదాలలో జలచికిత్సా విజ్ఞానం 60-00
11. పెండ్లినాటి ప్రమాణాలు 40-00
12. గర్భాధాన విజ్ఞానం 50-00
13. దౌహృదిని 40-00
14. మరణానంతరం జీవుని ప్రయాణం40-00
15. మానవ ధర్మము 40-00
16. ఈశావాస్యమిదం సర్వమ్ 35-00
17. దేవుడు-జీవుడు-ప్రకృతి 30-00
18. వేదాలలో అశ్వనీ దేవతలు 20-00
19. సంధ్యావందనం-వైజ్ఞానిక సమాలోచన 20-00
20. జననీ జన్మభూమిశ్చ స్వర్గాదపి గరీయసీ 60-00
21. వేదాల వెలుగుచూపే ఆర్యసమాజము 30-00
22. వైదిక జన్మదిన వేడుక 30-00
23. పండుగల పరమార్థం 40-00
24. వైదిక గృహప్రవేశ విధి 30-00
25. వేదాలలో వర్షేష్టి విజ్ఞానం 25-00
26. వైదిక క్రాంతిపథం 30-00
27. పురుషసూక్తము 20-00
28. వైదిక శాంతి పాఠం (వైజ్ఞానిక వ్యాఖ్య) 20-00
29. సృష్టికథ 20-00
30. సరస్వతీ సూక్తము 20-00
31. స్వతంత్ర సముపార్జనలో మహర్షి దయానందుడు 10-00
32. వైదిక సంస్కృతిలో వానప్రస్థాశ్రమము 10-00
33. గంగాధర శివుడు 10-00
34. ప్రణవస్తోత్రము 10-00
35. లక్ష్మీ సూక్తము 20-00
36. వేదాలలో మనోవిజ్ఞానం (ముద్రణలో)
37. వేదార్థవిజ్ఞానం 100-00
38. వైదిక సుప్రభాతం (ముద్రణలో)
39. శివరాత్రి రహస్యము (ముద్రణలో)
40. గణపతి రహస్యము (ముద్రణలో)

ఇతర విద్వాంసుల రచనలు

1. మాతాపుత్రికల జ్ఞాన చర్చ 60-00
2. సత్యధర్మ విచారణ 6-00
3. స్వరాజ్య సంగ్రామములో ఆర్యసమాజము (ముద్రణలో)
4. ధర్మవీర్ పం. లేఖారామ్ 5-00
5. వేదాలలో విజ్ఞానబీజాలు (ముద్రణలో)

ముద్రణలో ఉన్నవి దాతలు లభించినపుడు ముద్రింపబడును

"సుమ్నార్థి" అంటే...

(నా కలం పేరు సుమ్నార్థి)

వైదిక సంస్కృతంలో 'సుమ్నః' అంటే దేవునిలో ఉండే దివ్యమైన అనిర్వచనీయమైన ఆనందం అని అర్థం. అట్టి ఆనందాన్ని అర్థించేవాడిని సుమ్నార్థి అంటారు. వేదాలలో దేవుని ఆనందాన్ని సూచించే పదములు మరికొన్ని ఉన్నాయి. స్వః, స్యోనమ్, సుమ్నమ్, శివమ్, శమ్, కమ్, కః, నాకః, సుకృతాము లోకం, తృతీయ ధామమ్ మొదలగునవి. వీటిలో సుమ్నమ్ ఒకటి. ఈ క్రింది వేదమంత్రాన్ని పరిశీలించండి.

ఓం త్వం హి నః పితా వసో త్వం మాతా శతక్రతో బభూవిథ,
అథా తే సుమ్నమీమహే ॥

– ఋగ్వేదం (8–98–11), సామ 1170, అథర్వ (20–108–2)

<u>ఓం</u> = ఓ సృష్టి స్థితి లయకర్తా! ఓం నామక సర్వాంతర్యామీ !

<u>త్వం హి నః పితా వసో</u> = అందరిని, అన్నిటిని వసింపజేయు ఓ వాసుదేవ ! మా పోషణ రక్షణలు చేయు పితవు.

<u>త్వం మాతా</u> = మాతవు కూడా నీవే! మాకు మా కర్మలను బట్టి వివిధ శరీరాలను నిర్మించి యిచ్చునదియును నీవే.

<u>శతక్రతో బబూవిథ</u> = నీవు శతక్రతువువు. వందశాతం (100%) కర్మశీలుడవు. సృష్టి స్థితి ప్రలయాల చక్రం నిరంతరం చేయు శతక్రతువువు.

<u>అథా తే సుమ్నమ్+ఈమహే</u> = అందుచే నీ సంతానమైన మేము నీ సుమ్నమ్‌ను – దివ్యానందమును కూడా ప్రసాదించుమని యాచించుచున్నాము. ముక్తిని మాత్రమే కోరుచున్నాము.

<u>సరళార్థం</u> : అందరిని వసింపచేయు ఓ సర్వవ్యాపక సర్వేశ్వరా! నీవే మాకు నిజమైన తండ్రివి. తల్లివి కూడా నీవే. ఆది మానవులకును నీవే మార్గదర్శివి. జ్ఞాన దాతవు. నీవు శతక్రతువువు. నీ కర్మలు అనంతము. అందరికీ అన్నీ యిచ్చువాడవు నీవే.

అందుచే నీ సంతానమైన మేము నీ దివ్యానందమునుకూడా మాకు ప్రసాదించుమని ప్రార్థించుచున్నాము. ముక్తి సుఖమును మాత్రమే మేము కోరుకొనుచున్నాము.

Ommipresent GOD! Thou art our Father and Thou art our Mother. Thou wert so ever at the time of the creation. Thou art performer of innumerable sacrifices. We pray unto Thee for Thy supreme Bliss.

లోకంలోని ప్రతి వ్యక్తికీ అమ్మానాన్న లుంటారు. నాన్న వీర్యం అమ్మ గర్భంలో ప్రవేశించినపుడు జీవాత్మ వీర్యంలోని ఒక వీర్యాణవు నాశ్రయించుకొని తల్లి అండంతో కలుస్తుంది. ఫలదీకరణంచెంది పిండంగా మారుతుంది. క్రమంగా ఆ పిండం తల్లి రక్తంతో వృద్ధి చెందుతూ మానవాకారాన్ని పొందుతుంది. 9 నెలలు నిండిన తదుపరి తల్లి శరీరంలోని అపానవాయువు బిడ్డను బయటకు త్రోసివేస్తుంది. అప్పుడు ఆ బిడ్డ భూమిపైకి వస్తుంది. ఆ దినాన్నే మనం బిడ్డ జన్మదినంగా జరుపుకుంటాము. ప్రసవించిన స్త్రీని అమ్మ అనీ, వీర్యదాతను నాన్నా అనీ సంబోధిస్తూ వ్యవహరిస్తాము.

సంస్కృత భాషలో వీరిని మాతా పితరులంటారు. లోకంకూడా అట్లే గుర్తిస్తుంది. అయితే, పై వేదమంత్రం సృష్టికర్తయైన ఓం నామ పరమాత్మనే నిజమైన తండ్రియనీ, తల్లికూడా అతనేననీ అంటున్నది ఎందుచేత?

యథార్థమేమంటే – మనము, మన తల్లిదండ్రులు, అందరూ దేహాత్మభ్రాంతిల ఉన్నాము. అంటే 'దేహమే నేను' అనే భావంలో ఉంటాము. దీనినే 'అవిద్య' అంటార మన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాలు. దానితో భౌతికమైన తల్లిదండ్రులే మనకు జన్మనిచ్చారని పుట్టించారని అనుకుంటాము. కానీ, సత్యమేమంటే–జీవాత్మ పరిమాణం అతి చిన్నది పరమాణువంత అనవచ్చు. శరీరంలోఉన్నపుడే అది గతి కలిగి ఉంటుంది. లేకుం జడ పదార్థాలవలె మూర్ఛితావస్థలో ఉంటుంది. అట్టి జీవాత్మను సృష్టికర్త అత పూర్వకర్మలనుబట్టి అందకు తగిన పురుష శరీరంలోని వీర్యంలో ప్రవేశపెడతాడ అనంతరం స్త్రీ గర్భంలోని అండంలోనికి చేరుస్తాడు. అక్కడ తల్లి రక్తంతో మన శరీరాలను నిర్మిస్తాడు. పురుష శరీరంలో వీర్యాన్ని, స్త్రీ శరీరంలో అండా

నిర్మించినవాడు కూడా సృష్టికర్తనే. కనుక, భౌతిక తల్లిదండ్రులు నిమిత్తమాత్రులే. అసలైన తండ్రీ, తల్లీ పరమాత్మనే. ఈ విషయాన్నే ఈ మంత్రం నొక్కి వక్కాణిస్తున్నది. సంస్కృతంలోని 'హి' పదమునకు నిశ్చయంగా (definitely) అని అర్థం.

సృష్టికర్త గుణ కర్మ స్వభావాలు అనంతం కనుక, అతని నామములు అనేకం. వాటిలో 'శతక్రతుః' అనేది ఒకటి. అతడు ఒకే ఒక్కడైనా అతను చేసే పనులు అనంతం. విశాల విశ్వాన్ని సృష్టించటం, కోటానుకోట్ల ప్రాణలకు శరీరాలను నిర్మించటం, వాటిని పాలిస్తూ పోషిస్తూ ఉండటం సామాన్య విషయమా? అందుకనే వేదం సృష్టికర్తను "శతక్రతువు" అంటున్నది. అతడు ఇప్పుడున్న ప్రాణులకేకాదు పూర్వం ఉన్న ప్రాణులకు, పూర్వ సృష్టులలోని ప్రాణులకు కూడా తల్లీ తండ్రి. 'బభూవిథ' అయి ఉన్నాడు, అంటున్నది.

నిజమైన తల్లీ తండ్రీ అతడే కనుక మనం దేనికోసం అతనిని ప్రార్థించాలో కూడా ఈ మంత్రం వివరించి చెబుతున్నది. భౌతిక సంపదలు, సుఖాలు మన ప్రారబ్ధాన్నిబట్టి వస్తాయి. ప్రార్థించకున్నా అవి వస్తాయి. మరికొన్ని మనం పురుషార్థంతో – తీవ్ర పరిశ్రమతో సాధించుకోవచ్చు. కనుక, ఈ మంత్రం సుమ్నమ్‌ను కోరుకోవటం ఉత్తమం అంటున్నది. ప్రారంభంలో చెప్పినట్లుగా సుమ్నమ్ అంటే దేవునిలోని దివ్యమైన ఆనందం. అది పొందినవానికి పొందవలసింది మరేమీ ఉండదు. పూర్ణానంద ప్రాప్తి కలుగుతుంది.

ఈ మంత్ర ప్రేరణతోనే నేను నా ఉపనామంగా లేదా కలంపేరుగా (Pen Name గా) 'సుమ్నార్థి' అని పెట్టుకున్నాను. నేను కామారెడ్డి ఆర్షగురుకులంలో ఉన్నపుడు నా ప్రవృత్తిని చూసి అక్కడివారు నన్ను 'ముముక్షువు' అని పిలిచేవారు. ఆ పేరుతో పిలవటం కొంతమంది పండితులకు ఇష్టంకాలేదు. అన్నీ వదలి ఏకాంతంలో తపస్సు చేసుకొనేవారే ఆ పేరు పెట్టుకోవాలన్నారు. 'సుమ్నార్థి' పేరుకు అభ్యంతరం ఉండదనుకుంటాను. నేను కేవలం అర్థిస్తున్నాను, యాచిస్తున్నాను ఇంతే కదా!

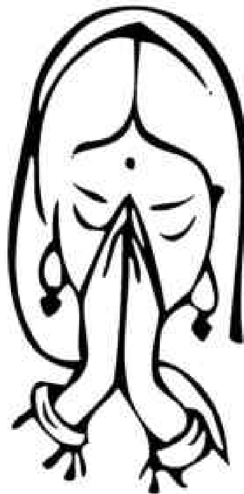
నేను ఒక జిజ్ఞాసా భక్తుడను. ఆ జిజ్ఞాసతోనే ఆరోగ్యం సరిగాలేకున్నా, ఓపికలేకున్నా వేద స్వాధ్యాయం చేస్తూ ఉంటాను. మనన చింతనలు చేస్తూ ఉంటాను. నేను గ్రహించినది చెబుతూ ఉంటాను. వ్రాస్తూ ఉంటాను. "సర్వేషామేవ దానానాం

బ్రహ్మదానం విశిష్యతే। వార్యన్న గో మహీవాస స్తిలకాంచన సర్పిషామ్॥
(మనుధర్మశాస్త్రం 4-233)" అని చెప్పినట్లు-అన్న, జల, వస్త్ర, గో, భూ, తిల, స్వర్ణ, ఘృతాది దానము లన్నిటికన్నా వేదవిద్యాజ్ఞాన దానమే గొప్పదని నేను నమ్ముతాను. దానిని ఫలాపేక్షతోకాక-విత్తేషణ, దారేషణ, లోకేషణలతోకాక కేవలం దేవుని దివ్యానందంకొరకు చేస్తున్నాను. ఆ మార్గంలో పయనిస్తున్నాను. అది ఈ జన్మలో సాధ్యం కాకపోయినా ఒక సంస్కారంగా ఉండి మరుజన్మలో సహకరిస్తుందని ఆశిస్తున్నాను. 'సుమ్నార్థి' పేరు అందుకు సహకరిస్తుందని పెట్టుకున్నాను.

'సుమ్నమీమహే' అని ప్రార్థించే మంత్రం మరొకటుంది-

ఓం గాథపతిం మేఘపతిం రుద్రం జలాషభేషజమ్ ।
తత్+శంయోః సుమ్నమ్+ఈమహే ॥ - ఋగ్వేదం (1-43-4)

ఓ సర్వాంతర్యామీ ! నీవు గాథపతివి. వేదజ్ఞానాన్నిచ్చి కాపాడుచున్న తండ్రివి. మేఘాలను సృజించి వర్షింపజేయు మేఘపతివి. దుష్టులను దండించి దారిలో పెట్టు రుద్రుడవు. రోగాలను పోగొట్టు ఓషధులను సృజించు జలాష భేషజుడవు. మరెన్నో సుఖములను సృజించుచున్న సృష్టికర్తవు. ఇవ్వన్నీ తాత్కాలిక సుఖముల నిచ్చునవియే. కనుక, వీటికన్న నీ దివ్యమైన ఆనందమునే (ముక్తిని మాత్రమే) మాకు ప్రసాదించుమని వేడుకొనుచున్నాము. అది శాశ్వతం. పరాంతకాలంవరకు అనిర్వచనీయమైన ఆనందము నిస్తుంది. కనుక మాకు కేవలం నీ దివ్యమైన ఆనందమును మాత్రమే ప్రసాదించుము.





మన వేదాలే - సృష్టికర్త ఇచ్చిన జ్ఞానం

మానవ మనుగడను పరీక్షించి చూస్తే అతనికి కలిగిన ప్రాథమిక జ్ఞానమంతా నైమిత్తికమే. అంటే - ఇతరులు నేర్పగా వచ్చినది, తాను ఇతరుల ననుకరించుటవల్ల కలిగినది. మిగిలిన ప్రాణి జాతులన్నిటిలో అవి జీవించటానికి కావలసిన జ్ఞానమంతా జన్మతోనే వస్తుంది. ఉదాహరణకు ఆవుదూడ పుట్టిన కొన్ని నిమిషాలలోనే లేచి నిలబడుతుంది. నడుస్తుంది. ఆవుదూడ పాలకొరకు తల్లివద్ద ప్రయత్నిస్తుంది. తన ఆహారాన్ని గుర్తుపట్టి తినగలుగుతుంది. నెమరు వెయ్యగలుగుతుంది. ఇవన్నీ ఎవరూ నేర్పనక్కరలేదు. సృష్టికర్త జన్మతోనే వాటికా జ్ఞానం యిచ్చాడు. ఇట్టిదానినే స్వాభావిక జ్ఞానం అంటారు. కాని, మానవున కవన్నీ తల్లిదండ్రులుగాని, పెద్దలుగాని నేర్పాలి. కావున మానవుని జ్ఞానం నైమత్తికమన్నారు. ఈ విషయాన్ని మన ఋషులు ఒక సూత్రరూపంలో చెప్పారు. "మాతృమాన్, పితృమాన్, ఆచార్యవాన్ పురుషో వేద" (శతపథ బ్రాహ్మణం 14-6-10-2లో) అన్నారు. అంటే ప్రాథమిక జ్ఞానం ముందుగా తల్లివల్లా తండ్రివల్లా, అనంతరం ఆచార్యులవల్లా (ఉపాధ్యాయులవల్లా) కలుగుతుందని అర్థం. ఈ ముగ్గురు విద్యావంతులు సదాచారపరులు అయితే ఆ పిల్లలు విద్యావంతులు మంచి సంస్కారవంతులౌతారు. సభ్యత కలిగినవారౌతారు. ఆ తరువాతనే మానవుడు స్వయంగా చదువుకొని, ఆలోచించి, పరిశోధించి, సాధనచేసి తాననుకొన్న ఉన్నత స్థితికి చేరుకోగలుగుతాడు.

ఈ విషయంపై కొందరు ఔత్సాహికులు పరిశోధనలు జరిపారు. అందుకు కొంతమంది శిశువులను పుట్టిన వెంటనే తల్లిదండ్రులనుండి, బంధువులనుండి దూరంచేసి వారిని ఏకాంత నిశ్శబ్దవాతావరణంలో పోషించి పెద్దచేశారు. వారి ఎదుట ఒక్క మాటగానీ సైగగానీ చెయ్యవద్దనీ, తినటం, త్రాగటం, నడవటం, స్నానం చెయ్యటం, బట్టలు కట్టుకోవటం మొ॥నవి ఏమీ చేయవద్దనీ నర్సులకు (దాయీలకు) గట్టి సూచన లిచ్చారు. దానితో ఆ పిల్లలు శారీరకంగా పెరిగి పెద్దవారయ్యారే కాని మానసికంగా ఏమీ ఎదుగలేదు. తమ పనులు తాము

చేసుకోవటం, కావలసినవి అడగటం కూడా చెయ్యలేకపోయారు. ఒక్క మాట కూడా రాలేదు. అప్పుడా శాస్త్రవేత్తలు నిమిత్తం (కారణం) లేకుండా – నేర్పేవారు లేకుండా మానవులకు ప్రాథమిక జ్ఞానం కలుగదని ప్రత్యక్షంగా గ్రహించారు. ఈ విషయం మరోరకంగా కూడా ఋజువయ్యింది. అప్పుడప్పుడు చాలా అరుదుగా అడవులలో తోడేళ్ళు పెంచిన మానవ పిల్లలు దొరుకుతారు. అట్టి పిల్లల నడక, తినటం, త్రాగటం వంటి వన్నీ తోడేళ్ళవలెనే ఉన్నాయట. వాటి మాదిరిగానే అరుపులు, కేకలు పెట్టారట. వారికి ఇవన్నీ నేర్పి జనస్రవంతిలోకి తీసుకురావటం చాలా కష్టమయ్యిందట. కనుక మానవునకు కలుగుచున్న ప్రాథమిక జ్ఞానానికి తల్లిదండ్రులు, ఆచార్యులు (గురువులు) కారణమన్న ఋషులమాట పూర్తిగా సత్యం.

ఇప్పుడు మనందరికీ తల్లిదండ్రులు, గురువులు జ్ఞాన స్రోతస్సులుగా ఉన్నారు. మరి, ఆదిమానవుల కెవరుంటారు ? అనేది ఆలోచించవలసిన ప్రశ్న. ఆదిమానవులకు మనవలె తల్లిదండ్రులుండరు. ఆదిమానవులందరూ యువావస్థ వచ్చేవరకు భూమి గర్భంలో అండములలో పెరిగి పెద్దవారయ్యారు. కోడిగ్రుడ్డును పొదగగా లోపలిద్రవం పిల్లగామారి పై చిప్పను పగులకొట్టుకొని బయటకు వచ్చునట్లుగా ఆదిమానవులు పెక్కురు స్త్రీ పురుషులు యువావస్థలో భూగర్భంలోని అండముల నుండి బయటకు వచ్చారంటాయి మన వేదశాస్త్రాలు. నేడు బహుళ ప్రచారంలో ఉన్న 'వికాసవాదం' సత్యం కాదు. అది తర్కానికి విజ్ఞానికి నిలబడదు. డార్విన్ మహాశయుడు జీవించి ఉన్నపుడే ఎంతోమంది వారి వాదనను వ్యతిరేకించారు. ఇప్పుడునూ అనేకమంది శాస్త్రవేత్తలు అంగీకరించటం లేదు. అది కేవలం ఒక ఆలోచన మాత్రమే. సిద్ధాంతం కాదు. వారికి మరొక మార్గం కనబడక ఆనాటి శాస్త్రవేత్తలు, నాస్తికులు వికాసవాదాన్ని అంగీకరించారు. వారు అంగీకరించి సరిపెట్టుకుంటే సరిపెట్టుకోవచ్చు కానీ విద్యార్థుల బుద్ధులలో ఈ విషయాన్ని చొప్పించటం ఎంత మాత్రం మంచిది కాదు. వారికి ఆలోచించుకోవటానికి అవకాశమివ్వటమే మంచిది. ఈ విషయం వివరంగా తెలుసుకోగోరువారు మహర్షి దయానంద సరస్వతిగారి రచన 'సత్యార్థ ప్రకాశం' చదువగోరుచున్నాను. (వ్యాసకర్త).

వికాసవాదం వికసిస్తూనే ఉండాలి కాని మానవసృష్టితో వికాసం ఆగిపోవటమెందుకు ? సృష్ట్యాది నుండి అమీబా అమీబాగానే ఉంది కదా! ఒక

ప్రాణి నుండి మరొక ప్రాణిగా పరిణమించటం లేదా కొన్ని అవయవాలు క్రొత్తగా తయారు కావటం అనేది జరుగదు. అంతకన్న పరమేశ్వరుడు ముందుగా ఏక కణ జీవిని, అనంతరం క్రమంగా 2, 3, 4 కణముల జీవులను వేరువేరుగా సృజించటం జరిగిందని చెప్పవచ్చును. ఆ యా ప్రాణులు బ్రతకటాని కవసరమైన మార్పులు, ప్రకృతిలో జరిగినపుడు ఆ యా ప్రాణులను దేవుడు మానవ జాతిని ఉత్పన్నం చేసినట్లే భూగర్భంలో ఉత్పన్నం చేశాడని చెప్పవచ్చు. ఇక జ్ఞాన వికాసం ఎలా జరిగిందనే విషయంలో కూడా అనేక ప్రశ్నలు. ఏ జంతువులను చూచి మానవుడు బట్టలు కట్టుకోవడం, ఇల్లు కట్టుకోవడం నేర్చుకున్నాడు ? వంటలు చేసుకొని తినటం, స్నాన శౌచాలను పాటించటం, కౌటుంబిక జీవితాన్ని గడపటం మానవుడు ఏ ఏ జంతువుల నుండి నేర్చుకున్నాడు ? మొ॥ అనేక ప్రశ్నలకు వికాసవాదులు, నాస్తికులు సమాధానం చెప్పవలసి ఉంది. అందుచేతనే, ఆస్తికులు – సృష్టికి కర్త ఒకడున్నాడనీ ఆయనే ఆది మానవులకు జ్ఞానాన్ని యిచ్చాడనీ నమ్ముతారు. తర్కంతో నిరూపిస్తారు. ఆ సృష్టికర్తకే 'దేవుడు' అని పేరు పెట్టారు. అతని విశేష గుణాలను దివ్యశక్తులను తెలిపే విశేషణాలతో – పేర్లతో స్తుతిస్తారు, ప్రార్థిస్తారు. అతని అనుగ్రహం కొరకు, తమ ఉన్నతి కొరకు అతను ఉపదేశించిన నియమాలను అనుసరిస్తారు. అయితే సృష్టికర్త పేరేమిటి ? ఎక్కడుంటాడు ? ఏమేమి చేస్తాడు ? అతను ఏ రకంగా మానవులను జ్ఞానవంతులను చేశాడు ? మొదలైన విషయాలలో ప్రపంచ మతాలలో భిన్న భిన్న అభిప్రాయాలున్నాయి.

మన హిందూమతంలో – పౌరాణిక సంప్రదాయాలు చాలానే ఏర్పడ్డాయి. ఒక ప్రక్క వేదమే ఈశ్వరీయ జ్ఞానం అంటూనే – వేదానికి భిన్నంగా – ఏకేశ్వరోపాసనకు భిన్నంగా అనేక దేవీదేవతల కల్పన చేశారు. సంప్రదాయానికి ఒక పురాణం వ్రాసి అవన్నీ వేదవ్యాసులువారు వ్రాసినవేనని ప్రచారం చేశారు. ఒక్కొక్క పురాణం ఒక్కొక్క దేవుని సృష్టికర్త అంటాయి. మిగిలిన దేవతలన్నీ అతని సహాయకులు మాత్రమే నంటాయి. అనేక రకాల పూజా విధానాలు, వ్రతాలు, తపస్సులు సాధనలు ఉపాసనలు కల్పించారు. అంతేకాక, ఇవన్నీ వేదాల సారమేనని ప్రచారం చేశారు. వారికి అనుకూలంగా వేదాలకు భాష్యాలు వ్రాశారు. ఋషులు వ్రాసిన గ్రంథాలైన బ్రాహ్మణ ఆరణ్యక దర్శన ఉపనిషదాదులు నన్నిటిని కూడా వేదాలే నన్నారు. చివరికి భారతాన్ని పంచమ వేదమన్నారు.

కాని, ప్రథమ మానవ సృష్టి సమయంలో యోగ్యులైన అగ్ని, వాయు, ఆదిత్య, అంగిరస నామక ఋషుల హృదయాలలో ప్రకటింపబడిన ఋక్, యజు, సామ, అథర్వ వేద సంహితలే ఈశ్వరుని ద్వారా మానవులకు లభించిన జ్ఞానం. అది పరిపూర్ణమైన జ్ఞానం. అందులోని విషయాలన్నీ సర్వమానవులకు, సర్వకాలాలకు, సర్వదేశాలవారికి జ్ఞానాన్ని యిస్తూనే ఉంటాయి. వేదాలు మానవులనందరిని ఒక్క జాతిగా చేసి మానవత్వాన్ని - మానవధర్మాలను ఉపదేశిస్తాయి. ఇంతేగాక, అందులో మానవుల కవసరమైన సమస్త విద్యలు - సంగీత, సాహిత్య, నృత్య, శిల్ప కళాకౌశలాలూ; వైద్య, ఖగోళ, యంత్ర, విమానాది సర్వ విద్యలు; సామాజిక, కౌటింబిక, రాజనైతిక విజ్ఞానాలు అందులో ఉన్నాయి. ఆధ్యాత్మిక సంబంధమైన - ఆత్మ పరమాత్మల ప్రకృతి వికృతుల జ్ఞానం, స్తుతిప్రార్థనోపాసనాల జ్ఞానం, బంధ మోక్షల జ్ఞానం అన్నీ ఉన్నాయి.

మొత్తం 20,416 మంత్రాలలో సమస్త విద్యా విజ్ఞానాలు సూత్రాల రూపంలో చెప్పబడ్డాయి. ఋషులు వాటిని మననంచేసి విశ్లేషించి సమాధిస్థులై సామాన్య మానవులకు ఆ విషయాలను వివరించి చెప్పారు. అనంతరం వాటిని గ్రంథస్థం చేశారు. అట్టి వాటిని 'స్మృతులు' అంటారు. పరమేశ్వరుని నుండి వచ్చిన జ్ఞానాన్ని మాత్రమే 'శ్రుతులు' అంటారు. వీటినే వేదాలు అనాలి. మిగతావన్నీ ఋషులు వ్రాసినవి. అంటే పరిపక్వత చెందిన మానవులు వ్రాసినవి. అవి స్మృతులు మాత్రమే.

పరమేశ్వరీయ వేదాల రక్షణకు కొన్ని కుటుంబాలు అంకితమయ్యాయి. సంహితా పాఠ, పదపాఠ, జటాపాఠ, ఘణాపాఠాది రకరకాల పాఠాలతో వాటిని కంఠస్థం చేశారు. కొందరు శిష్యులను చేర్చుకొని వారికి ఆ పాఠాలను నేర్పారు. అందుచే ఆనాటి నుండి ఈనాటి వరకు గురుశిష్య పరంపరగా వేదాలు యథాతథంగా రక్షింపబడ్డాయి. అందులో ఒక అక్షరం చేర్చటంకాని, తొలగించటంగాని జరుగలేదు. ఇంతేగాక, వేదమంత్రాలకు ఛందస్సు, స్వరములుంటాయి. ఆ మంత్రాల అర్థం ముందుగా ఎవరు సాక్షాత్కారం చేసుకొని సామాన్యులకు వివరించారో ఆ ఋషుల పేర్లతోను, అవి ఏ విషయాన్ని చెబుతున్నాయో దానిని 'దేవత' అనే పేర్లతోను కంఠస్థం చేసి రక్షించారు. దేశవ్యాప్తంగా యిట్టి వేదపాఠా లుండటంవల్ల పుస్తకాలలో ప్రక్షిప్తాలు చేర్చినట్లు వేదాలలో మార్పులు చేర్పులు చేయలేకపోయారు. ఈశ్వరీయ

జ్ఞానాన్ని రక్షించటానికి ఇన్ని ఏర్పాట్లు చెయ్యటం మంచిదే అయ్యింది. కనుకనే 197 కోట్ల సంవత్సరాల నాటి వేదాలను మనం యథాతథంగా వినగలుగుతున్నాం. లిపిబద్ధం చేసుకొని పుస్తకాలుగా చూడగలుగుతున్నాం.

మేధావులు, తార్కికులు ఏది ఈశ్వరీయ జ్ఞానమో ఏది కాదో తెలుసుకోవడానికి కొన్ని పరీక్షా నియమాలు పెట్టారు. వాటిలో కొన్ని ముఖ్యమైనవి ఇచ్చట తెలుపుచున్నాము.

1) సృష్టికర్త నుండి వచ్చే జ్ఞానం ప్రథమ మానవ సృష్టి సమయంలోనే ప్రకాశింపబడాలి. లేకుంటే అతడు పక్షపాతి ఔతాడు. కొంతకాలం తరువాత ఇస్తే ముందు జన్మించిన వారికి అన్యాయం చేసినవాడౌతాడు.

ఈ పరీక్షణతో మనం వివేచిస్తే వేదాలే ఈశ్వరీయ జ్ఞానం. ఏలనంటే క్రైస్తవ మతం **2013** సంవత్సరాల పూర్వం లేదు. బైబిలు ప్రాత నిబంధన కూడా **3** లేదా **4** వేల సంవత్సరాలకు పూర్వం లేదు. ఇక మహ్మదీయమతం క్రైస్తవ మతం తరువాత వచ్చినవే. **1400** సంవత్సరాల కన్న ఎక్కువ చరిత్ర లేదు. బౌద్ధ, జైన, సిఖ్ఖు మతాలన్నీ ఆ తరువాత ప్రారంభింపబడినవే. ఇక ప్రపంచ చరిత్రలను పరిశీలిస్తే - ఇబరానీ **(6,024)** సం., మిస్రీ - **27,666** సం., ఫినీశియా - **30,082** సం., పారసీ - **18,990** సం., కాల్డియా - **2,15,00,082** సం., (కాని యిది వారి పృథివి ఉత్పత్తికాలం), ఖితాయి - **8,88,40,413** సం., చీనీ చరిత్ర - **9,60,02,512** సంవత్సరాలు మాత్రమే. మరి, మన భారతీయ చరిత్ర - ఆది మానవ సృష్టి నుండి - వేదాల ఆవిర్భావం నుండి లెక్కకట్టగా ఇప్పుడు సప్తమ మన్వంతరంలో **28**వ కలియుగం జరుగుచున్నది. దీనిని అంకెలలోనికి మారిస్తే **197** కోట్ల **29** లక్షల **49** వేల **114** పూర్తయి **120** జరుగుచున్నది. కనుక వేదాలే సృష్టికర్త నుండి వచ్చిన జ్ఞానం.

2) ఈశ్వరీయ జ్ఞానం ఒకానొక దేశానికి సంబంధించిన భాషలో కాక భాషలన్నిటికి మూలమైన సంస్కృత భాషలో ఉండాలి. లేకున్న దేవుడు ఆ దేశం వారికే మేలు చేసినవాడౌతాడు. పక్షపాతి ఔతాడు.

3) సృష్టికర్త నుండి వచ్చిన జ్ఞానం సృష్టి నియమాలకు విరుద్ధంగా

ఉండకూడదు. విజ్ఞాన సమ్మతంగా ఉండాలి లేకుంటే అవి ఈశ్వరీయములు కావు.

4) సృష్టికర్త సర్వజ్ఞుడు కనుక మానవుల కవసరమైన సమస్త విద్యలు ఉపదేశించాలి. ప్రపంచ మానవులందరికి సర్వకాలాలలోను ఉపయోగపడేవిగా ఉండాలి. కాని, ఇతర ధర్మగ్రంథాలలో సర్వవిద్యలు లేవు. పూర్వం మేము వ్రాసినట్లుగా సమస్త సత్యవిద్యలు బీజరూపంలో మన వేదాలలో ఉన్నాయి.

5) ఈశ్వరీయ జ్ఞానంలో మానవుడు ఉన్నతిని పొందటానికి కావలసిన ఆత్మ పరమాత్మల జ్ఞానం, ప్రార్థన ఉపాసనలవల్ల కలిగే అసలైన ప్రయోజనం, సమస్త దుఃఖాల నుండి తరించగల సాధనాలు ఉండాలి. మానవతను పెంచేదిగా ఉండాలి. పరస్పర ద్వేష కలహాలను సృష్టించేదిగా ఉండకూడదు. సర్వమానవ సౌభ్రాతృత్వాన్ని, శాంతిని పెంచేదిగా ఉండాలి. ఈ యోగ్యతలన్నీ మన వేదాలలోనే ఉన్నాయి.

సృష్టికర్తయే స్వయంగా చెబుతున్నాడు – "ఓ మానవులారా!

"సా ప్రథమా సంస్కృతిః విశ్వవారా" (యజుర్వేదం 7–14)

ఈ వేద సంస్కృతియే భూమండలంపై ఏర్పడిన ప్రథమ సంస్కృతి. అదే విశ్వమానవులందరికీ వరణీయమైనది – స్వీకరించతగినది.

"దేవస్య పశ్య కావ్యం న మమార న జీర్యతి"

ఈ వేదము, ఈ వేద సంస్కృతి ఎప్పటికీ నశించవు. జీర్ణించిపోవు – ముసలివి కావు. సదా నిత్య నూతనంగానే ఉంటాయి. ప్రళయకాలంలో కూడా అవి నాలో అప్రకటితంగా ఉంటాయి. మరల సృష్టి జరిగినపుడు ఋషుల హృదయాలలో వేదాలను ప్రకటిస్తాను.

"సూర్యాచంద్రమసౌ ధాతా యథాపూర్వ మకల్పయత్ ।
దివం చ పృథివీం చాంతరిక్షమథో స్వః ॥ ఋగ్వేదం (10–190–3)

ఈ సూర్యచంద్రులు, ద్యులోక పృథివీ లోకాలు, వీటి మధ్య ఉండే గ్రహ ఉపగ్రహాదులు, సమస్త ప్రాకృతిక శక్తులు, సర్వవిధ ప్రాణులు, వేదము పూర్వ కల్పంలో ఉన్నట్లే ఇప్పుడును నాచే సృజింపబడ్డాయి. కాలాంతరంలో ఈ సృష్టి

ప్రళయమౌతుంది. అప్రకటిత మౌతుంది. మరల సృష్టి జరిగినపుడు ఇవన్నీ ఈ విధంగానే సృజిస్తాను. సృష్టి, ప్రళయాలు దినరాత్రుల వంటివి. ఒకదాని వెంట మరొకటి వస్తూనే ఉంటాయి.

"………యాథా తథ్యతోఽర్థాన్ వ్యదధా చ్ఛాశ్వతీభ్యః సమాభ్యః" - యజుర్వేదం (40-8)

నేను ఈ సృష్టిని శాశ్వతులైన మీ కొరకే సృజించాను. ఏ పదార్థాన్ని ఎట్లు సృజించవలెనో అట్లు సృజించాను. వాటి గుణగణాలను (పదార్థ విజ్ఞానాన్ని), వాటి నెట్లు ఉపయోగించుకోవాలో అట్టి జ్ఞానాన్ని కూడా వెంటనే వేదము ద్వారా మీకు ఉపదేశించాను. వేద స్వాధ్యాయం చెయ్యండి. వేద ఫలాలనందుకోండి.

"కుర్వన్నేవేహ కర్మాణి జిజీవిషే చ్ఛతం సమాః" - యజుర్వేదం (40-2)

వేదవిహిత కర్మలు చేస్తూనే నూరేండ్లు జీవించగోరండి. ఇహపర సుఖాలను, నిశ్శ్రేయసాన్ని - గొప్ప ఆనందాన్ని (ముక్తిని) పొందండి.

ఈ విధంగా వేదం మానవుల సమగ్ర ఉన్నతికి బాటలు వేస్తుంది. క్రమంగా వేద సందేశాలను ఈ పుస్తకం ద్వారా తెలుసుకుందాము. చివరిగా వేద స్వాధ్యాయం వల్ల కలిగే ఫలాలను (లాభాలను) తెలిపే ఒక వేద మంత్రాన్ని చెప్పుకుందాం.

స్తుతా మయా వరదా వేదమాతా
ప్ర చోదయంతాం పావమానీ ద్విజానామ్ ।
ఆయుః ప్రాణం ప్రజాం పశుం కీర్తిం
ద్రవిణం బ్రహ్మవర్చసమ్ ।
మహ్యం దత్వా వ్రజత బ్రహ్మలోకమ్ ॥ - అథర్వవేదం (19-71-1)

నాచే కీర్తింపబడిన - స్వాధ్యాయం చేయబడిన వరాలనిచ్చు వేదమాత ద్విజులను - విద్యాగర్భం నుండి రెండవసారి జన్మించిన విద్యావంతులను పవిత్ర పరుస్తుంది. దీర్ఘమైన ఆయువును, బలమైన ప్రాణశక్తిని, సుసంతానాన్ని, గోఅశ్వాది పశుసంపదలను, కీర్తిని, ధనమును, బ్రహ్మజ్ఞాన ప్రకాశాన్ని యిస్తుంది. అనంతరం జీవాత్మనైన నన్ను బ్రహ్మలోకానికి - ముక్తి ధామానికి చేరుస్తుంది.

పై లాభాలన్నీ వేద స్వాధ్యాయంవల్ల కలుగుతాయి. వాటిని పొందుటకు గల మార్గాలను వేదం సూచిస్తుంది. ఈ పుస్తకంలో మనం ఏమి ఉపదేశిస్తున్నదో

తెలుసుకుందాము.

వేద స్వాధ్యాయం చెయ్యండి - సమగ్ర ఉన్నతిని పొందండి.

సత్యజ్ఞానం కొరకు సత్యార్థప్రకాశం చదవండి.

"లోకాః సమస్తాః సుఖినో భవన్తు"

ఎవరిని 'దేవుడు అనాలి'? దేవుని నిర్వచన మేమి ?

ఆధ్యాత్మిక దృష్టిలో లోకంలో ఉండే మానవులందరిని రెండు వర్గాలుగా విభజించవచ్చు. మొదటి వర్గం ఆస్తికులు, రెండవ వర్గం నాస్తికులు. ఆస్తికులంటే సృష్టి, స్థితి, ప్రళయాలు చేసే కర్త ఒకడున్నాడని నమ్మేవారు. నాస్తికులంటే అట్టి కర్త ఎవ్వరూలేరు, ప్రకృతిలో నెలకొన్న శాశ్వత నియమాలవల్లే సృష్టి స్థితి ప్రళయాలు జరుగుతున్నాయని వాదించేవారు, నమ్మేవారు. ఈ కరపత్రంలో నాస్తికులను ప్రక్కకుపెట్టి ఆస్తికుల అభిప్రాయాలను సమీక్షిద్దాము.

వేదాంత దర్శనం **"అథాతో బ్రహ్మ జిజ్ఞాసా"** అంటూ ప్రారంభమౌతుంది. అంటే - (అథ+అతః+బ్రహ్మ జిజ్ఞాసా) ఇప్పుడు మనం తర్కంతో దేవుని సిద్ధింప చేద్దామని అర్థం. అథ అనే పదం శాస్త్ర ప్రారంభాన్ని సూచిస్తుంది. పూర్వం ఇది మంగళాచరణంగా ప్రార్థనగా కూడా ఉండేది. అతః అంటే అందువలన - తర్కించటానికి తగిన విద్యా సదాచారాలు, అహింసా సత్యాదివ్రతాలు సలిపి యోగ్యత పొందినందువలన బ్రహ్మను గురించి దేవుని సత్యస్వరూపాన్ని గురించి తర్కించి తెలుసుకుందామని భావం.

రెండవ సూత్రంగా "జన్మా ద్యస్య యతః" (జన్మ+ఆది+అస్య యతః) అన్నారు. అంటే ఎవనిచే ఈ ప్రత్యక్షాది ప్రమాణాలచే తెలియబడే జగత్తుయొక్క జన్మ

మొదలగునవి జరుగుచున్నయో అతడు దేవుడు అని అర్థం. ఇక్కడ జన్మాదులు అంటే సృష్టి ప్రాదుర్భావం తదుపరి 432 కోట్ల సంవత్సరాలు దాని స్థితి, అనంతరం 432 కోట్ల సంవత్సరాలు ప్రళయం అని భావం. ఈ మూడింటిని (సృష్టి స్థితి ప్రళయాలు) చేసేవాడు దేవుడు అని వ్యాసమహర్షి ప్రతిపాదించారు. ఇంతేగాక, శాస్త్రాలకును అతడే కారణమంటూ మూడవ సూత్రంలో **"శాస్త్ర యోనిత్వాత్"** అన్నాడు. అంటే ఆది మానవులకు జ్ఞాన స్రోతస్సులైన ఋక్, యజు, సామ, అథర్వ శాస్త్రాలకును బ్రహ్మయే – దేవుడు కారణ మని అర్థం. ఉపనిషత్తులలోనూ ఇట్లే చెప్పబడింది.

"యతో వా ఇమాని భూతాని జాయన్తే
యేన జాతాని జీవన్తి
యత్ ప్రయం త్యభిసం విశంతి
త ద్విజిజ్ఞాసస్వ తద్బ్రహ్మ" – తైత్తిరీయోపనిషత్ (3-1)

ఈ సందర్భంలో మన పోతనాచార్యులవారు చేసిన దైవ ప్రార్థన స్మరించ తగినది – **"ఎవ్వనిచే జనించు జగము, ఎవ్వని లోపల నుండి లీనమై ఎవ్వనియందు డిందు పరమేశ్వరుడెవ్వడు, మూలకారణం బెవ్వడు, అనాది మధ్య లయు డెవ్వడు సర్వము దానయైన వాడెవ్వడు వానిన్ ఆత్మభవున్ ఈశ్వరునే శరణంబు వేడెదన్"** అన్నారు.

పై 'శాస్త్రయోనిత్వాత్' అనే సూత్రంలోని శాస్త్ర పదమునకు శంకర రామానుజాది ఆచార్యులంతా ఋగ్వేదాది శాస్త్రాలనియే అర్థం వ్రాశారు. అవి సృష్టికర్త మానవులకు ప్రసాదించిన జ్ఞాననిధులన్నారు. మనం యుక్తితో తర్కంతో ఆలోచించినా అంతే. ఎట్లంటే –

మనం ఇంతకుముందు తెలిసికొన్నట్లుగా మానవుని ప్రాథమిక జ్ఞానం నైమిత్తకం – ఇతరుల సహకారంతోనే కలుగుతుంది. వారిలో తల్లి, తండ్రి, ఆచార్యులు (గురువులు, ఉపాధ్యాయులు) ప్రధానంగా ఉంటారు. మరి ఆది మానవులకు ఎవరుంటారు ? కనుక సృష్టికర్తనుండే జ్ఞానం వస్తుంది. ఈ విధంగా మన తత్త్వశాస్త్రాలు దేవుని జ్ఞానదాతగా చెబుతూవుంటే కొన్ని గ్రంథాలు దేవుడు జ్ఞాన ఫలాలను తినవద్దని శాసించాడనీ, ఆ శాసనాన్ని ఉల్లంఘించటంవల్ల ఆదిమానవులు పాపులయ్యారనీ

అంటారు. ఇంతేగాక, వారి సంతానం, తరతరాల సంతానం జన్మతోనే పాపులౌతుంటారు. ఎంత విడ్డూరంగావుందో చూడండి. పాపం చేస్తే పాపులౌతార్కు కాని పాపులకు పుట్టినంత మాత్రాన పాపులౌతరా ?

ఇక ప్రాణి సృష్టి అయితే నిరంతరం (సృష్టికాలమంతా) జరుగుతూనే ఉంటుంది. ప్రతీక్షణం ఏవో ప్రాణులు పుడుతూనే ఉంటాయి. కొంతకాలం జీవించి మరణిస్తూనే ఉంటాయి. ఈ ప్రాణి సృష్టి స్థితి ప్రళయాలు చేస్తున్నది కూడా సృష్టికర్తయైన దేవుడే. వీటితోబాటు మానవులుచేసే పాపపుణ్య కర్మలకు అత్యంత న్యాయంగా ఫలాలనిస్తున్నదియును సృష్టికర్తయే. అయితే ఆ ఫలాలు కొన్ని త్వరగాను, కొన్ని ఆలస్యంగాను కలుగుతాయి. కొన్నిటికి రాబోయే జన్మలవరకు వేచి ఉండాలి. ఇన్ని పనులు నిరంతరంగా జరగాలంటే సృష్టికర్త సర్వవ్యాపకుడై ఉండాలి. ఎక్కడో ఒక ప్రత్యేక స్థానంలో ఉండి చేయటం అసంభవం. కర్త ఒకచోట, కర్మ ఒకచోట జరగటం అసంభవమంటాయి మనతత్త్వశాస్త్రాలు. నేడు రిమోట్‌తో జరిగే పనులు కూడా సూక్ష్మ విద్యుత్ తరంగాలు అనే సాధనంతోనే (పనిముట్టుతోనే) జరుగుతున్నాయి. బ్యాటరీ అయిపోతే అవి జరుగవు కదా !

అందుచేతనే వేదం అతి స్పష్టంగా **"ఈశావాస్యమిదం సర్వం యత్కించ జగత్యాం జగత్"** (యజు. 40-1) అంటుంది. మన దర్శన ఉపనిషదాదులన్నీ ఇట్లే చెబుతాయి. "ఇందుగల డందులేడని సందేహము వలదు, చక్రి సర్వోపగతుండు" అంటాడు మన పోతన. మరొకవిషయం కూడా మనకు స్పష్టంగా అర్థం కావలసి ఉంది. దుష్టశిక్షణ శిష్టరక్షణ కొరకు దేవు డవతరిస్తాడనే అవతారవాదం ఇది మధ్య కాలంలో వచ్చిందేకాని అర్వాచీనం కాదు. వైదికం అసలేకాదు. ఎంత దుష్టులైన రావణ కంస జరాసంధ నరకాసురాదులైనా దేవుడు సర్వవ్యాపకుడు కనుక వారి గుండెను నిలిపివేస్తే క్షణంలో చస్తారు. అందుకొరకు జన్మించి (అవతరించి) నానా అవస్థలు పడటమెందుకు ? జన్మిస్తే ఆధ్యాత్మిక ఆధిభౌతిక ఆధిదైవిక దుఃఖాలు తప్పవు కదా !

పై ప్రశ్నకు చక్కటి వివరణ మిస్తుంది వేదాంతదర్శనం. దానిలోని 2వ అధ్యాయం ద్వితీయ పాదంలోని 6వ అధికరణాన్ని 'పత్యధికరణమ్' అంటారు.

దీనిలో వారు సాకారేశ్వరవాదాన్ని ఖండిస్తూ 5 సూత్రాలు వ్రాశారు. వాటిలోని ఒక సూత్రంలో ఏమన్నారంటే –

"కరణవచ్చే న్న భోగాదిభ్యః (కరణవత్+చేత్+న, భోగాదిభ్యః) = దేవునికి శరీరంవుంటే (లేదా శరీరంలోనికి వస్తే) సుఖదుఃఖాల అనుభవం, పాపపుణ్యాల బంధం కలుగుతాయి. కనుక ఈ ఆలోచన సరియైనది కాదు" అన్నారు. దీనికి ఆది శంకరాచార్యులవారు తమ ప్రస్థానత్రయ భాష్యంలో చక్కటి విశ్లేషణ యిచ్చారు. వారి సంస్కృత భాష్యం యథాతథంగా యిచ్చట పొందుపరుస్తున్నాము.

"అథ లోకదర్శనాను సారేణ ఈశ్వరస్యాపి కించిత్ కరణానా మాయాతనం కామేన కల్ప్యేత! ఏవమపి నోపపద్యతే, స శరీరత్వే హి సతి సంసారివద్ భోగాది ప్రసంగాత్. ఈశ్వర స్యాప్యనీశ్వరత్వం ప్రసజ్యేత".

అంటే – లోకంలో చూస్తున్నట్లు ఈశ్వరునకు శరీరం కల్పిస్తే సంసారివలె అతనికికూడా భోగప్రసక్తి కలుగుతుంది. సుఖదుఃఖాల ననుభవించవలసిన వాడౌతాడు. అనుభవిస్తే దోషమేమిటంటే అప్పుడతడు ఈశ్వరుడు (దేవుడు) కాలేడు. కనుక సుఖదుఃఖాలకు లోనయ్యేవాడు దేవుడు కాదు, అని శంకరాచార్యులవారి వివరణ.

అల్పజ్ఞులమైన మనం దేవుడు మనలాగానే ఉంటాడనుకుంటారేమోనని తన అసలు స్వరూపాన్ని దేవుడు స్పష్టంగా చెప్పాడు – **స పర్యగాత్ శుక్రమ్ అకాయం అవ్రణం అస్నావిరం శుద్ధం అపాపవిద్ధం.** (యుజుర్వేదం 40-8)

"ఓ మానవులారా ! నేను అంతటా వ్యాపించి ఉన్నాను. సర్వశక్తిమంతుడను, సృష్టికార్యాలలో నా కెవ్వరి సహకారం అక్కరలేదు. నాకు శరీరం లేదు. వ్రణాలు లేవు. అస్నావిరం = నాకు మీ వలె నాడులతో బంధం లేదు. ఏ తల్లి గర్భంలోకి రాను సదా శుద్ధుడను" అని వివరించాడు.

లోకంలో ఎవరైనా గొప్ప వ్యక్తి సామాన్యమానవులు చేయలేని గొప్ప పనులు చేస్తే అతనిని దేవుడనీ లేదా అవతారమనీ ప్రజలు భావిస్తారు. ఆరాధిస్తారు. ఈ మధ్య గురువులను కూడా దేవుని అవతారమంటున్నారు ! విచిత్రంగా ఇంద్రజాల విద్యతో మహిమలు ప్రదర్శించేవారిని కూడా దేవుళ్ళే అంటున్నారు ! ఇదీ నేటి లోక స్థితి.

మనం విద్యావంతులము, వివేకవంతులము కనుక దేవుడు చెప్పిన మార్గాన్ని (వేదమార్గాన్ని), ఋషుల మార్గాన్ని అనుసరించటమే సర్వశ్రేష్ఠం. మీ రేమంటారు ?

Who is GOD ?

G = Generator
O = Operator
D = Destructor
of the Universe

ఆధునిక వైజ్ఞానికుల దృష్టిలో దేవుడు

చాలా సంవత్సరాల క్రిందటి మాట - దేవుణ్ణి గురించి ఆధునిక వైజ్ఞానికులేమంటారో తెలుసుకోవాలని ఒక సైన్సుగ్రంథాల రచయితకు జిజ్ఞాస కలిగింది. ఆయన ఆనాటి ప్రపంచ ప్రసిద్ధ వైజ్ఞానికులను కలిసి తన సంకల్పాన్ని చెప్పి మీ మీ అభిప్రాయాలను వ్యాసరూపంలో వ్రాసి పంపమని కోరాడు. ఒకే సైన్సు విభాగానికి చెందినవారిని కాకుండా ఫిజిక్స్, కెమిస్ట్రీ, బోటనీ, జూవాలజీ, భూగర్భ, కృషి, వృక్ష - వనస్పతి, పర్యావరణాది విజ్ఞానవేత్తలను కోరటం జరిగింది. కొందరు సృష్టిరచనలో దేవుని ప్రమేయం ఉందనీ, కొందరు అటువంటి దేమీలేదని వ్రాశారు. అందులో దేవుణ్ణి (ఒక అదృశ్య అద్భుత శక్తిని) అంగీకరించే వారి అభిప్రాయాలను ఒక చోట చేర్చి - "The evidence of GOD in expanding universe" అనే పేరుతో 40 మంది వైజ్ఞానికుల వ్యాసాలను ఒక పుస్తకంగా ప్రచురించాడు. ఈ పుస్తకాన్ని హిందీభాషలోనికి అనువదింపచేసి "దయానంద సంస్థాన్, ఆర్యసమాజ్ మార్గ్ - (2286), కరోల్‌బాగ్, నయీ దిల్లీ - 110 005" వారు కూడా ప్రచురించారు. తెలుగు అనువాదం ఎవరైనా వ్రాసి ప్రచురించారేమో తెలియదు.

ఆ వ్యాసాలలో ప్రఖ్యాత రసాయన (కెమిస్ట్రీ) శాస్త్రవేత్త డా. థామస్ డేవిడ్ పార్క్స్ గారి అభిప్రాయాలు చాలా ఆకర్షణీయంగాను, నాస్తికులను కూడా ఆలోచింపచేసే విధంగాను ఉన్నాయి. దానిలోని కొన్ని ముఖ్య విషయాలను ఇక్కడ తెలుసుకుందాము. సంక్షిప్తంగా ఆ శాస్త్రవేత్త పరిచయమేమంటే - ఆయన ఇలినోయ విశ్వవిద్యాలయం నుండి పి. హెచ్‌డి పొందిన వ్యక్తి, స్టాన్‌ఫోర్డ్ పరిశోధనా సంస్థ

(Stanford Research Centre) లో రసాయన విభాగ అధ్యక్షునిగా (Head of the Department) పని చేసినవాడు. వ్యాసం వ్రాసేటప్పుడు క్లోరోక్స్ కెమికల్ కంపెనీలో పరిశోధకునిగా (సైంటిస్టుగా) పనిచేస్తున్నాడు. మైక్రో కెమిస్ట్రీ, ఎలెక్ట్రోలైటిక్ ఫినోమినా, ఎక్స్‌రే డిఫెక్షన్ మొదలైన విషయాలలో కూడా అనుభవమున్న గొప్ప విజ్ఞానవేత్త.

ఆయన ఏమన్నారంటే – "మనం మనచుట్టూ ఉండే ఈ జగత్తు నలువైపులా పరికించి చూచినట్లైతే సృష్టిలో అంతటా ఒక నియమబద్ధత, ప్రయోజనం కనబడుతుంది. ఇవన్నీ ఈ విధంగా వాటంతట అవే ఏర్పడ్డాయంటే నేను నమ్మలేక పోతున్నాను. వీటన్నిటి వెనుక నాకు అనంత శక్తి సామర్థ్యాలు గల బుద్ధితత్త్వం (చేతనతత్త్వం – అనంత జ్ఞానం గల తత్త్వం) కనబడుతున్నది. ఆ బుద్ధితత్త్వాన్నే నేను దేవుడు (పరమాత్మ) అంటున్నాను" అన్నారు.

ఈ విషయాన్ని తన రసాయన శాస్త్రంతో (కెమిస్ట్రీతో) వివరిస్తూ – "ప్రతీ రసాయన తత్త్వవేత్త తత్త్వాల కలయిక వెనుక నియతకాలిక వ్యవస్థ ఉంటుందని నమ్ముతాడు. ప్రతీ పదార్థంలోనూ క్రమబద్ధత, నియమబద్ధతతో బాటు ఒక ప్రయోజనం కొరకు అది నిర్మింపబడినట్లు కనబడుతుంది. ఇదంతా ఆకస్మాత్తుగా ఏర్పడిందికాదు. అనంతజ్ఞానంగల ఒక సర్వవ్యాపక అదృశ్యతత్త్వం దీనిని నిర్మిస్తున్నది. ఆ తత్త్వంలో సర్వప్రాణిహితము, కల్యాణము సమావిష్టమైనట్లు కనబడుతుంది. ఈ సృష్టిలో పొరబాటుకాని, న్యూనత (లోపం) కాని కనబడదు. అట్టి సర్వవ్యాపక జ్ఞానతత్త్వాన్నే నేను 'దేవుడు' అంటున్నాను. నా ఈ ప్రతిపాదనను నిరూపించటానికి ఒక చక్కటి ఉపమానాన్ని చూపిస్తాను".

ఉదాహరణకు : అందరికి అందుబాటులో ఉండే సర్వ సౌలభ్యమైన నీటినే తీసుకోండి. దాని అణుభారం (H_2O) కేవలం 18 మాత్రమే. ఇంత తక్కువ అణుభారం కలిగిన మరే మూలకమూ – ఎలిమెంటూ సామాన్య తాపమానంలో ద్రవరూపంలో ఉండలేదు. వాయురూపం చెందిపోతుంది. కాని, నీరు సామాన్య తాపమానంలో ద్రవరూపంలో ఉండటం మనం చూస్తున్నాం. ఫార్ములా ప్రకారం అమ్మోనియా మూలక అణుభారం 17. అది కేవలం – 33^0 సెంటిగ్రేడ్ వద్దనే వాయురూపం చెందిపోతుంది. అట్లే, రసాయనిక కాలక్రమ పట్టిక ననుసరించి మరొక మూలక

సమ్మేళనం హైడ్రోజన్ సల్ఫైడుకు, నీటికి దగ్గర సంబంధం ఉంది. దాని ఫార్ములాభారం 34. అది $+59^0$ సెంటిగ్రేడ్ తాపమానంలోనే వాయురూపం చెంది గాలిలో కలిసిపోతుంది. కాని, నీరు సామాన్య తాపమానంలో కూడా ద్రవంగానే ఉండటం రసాయనశాస్త్ర విజ్ఞానం తెలిసిన వారందరికి ఆశ్చర్యాన్ని కలిగిస్తుంది. ఆలోచింపచేస్తుంది. నీటిని నిర్మించిన సృష్టికర్త అద్భుత మేధావి అనిపిస్తుంది. ఇంతేకాదు, నీటిలో మరెన్నో విశేష గుణాలున్నాయి.

సర్వసౌలభ్యమైన నీరు భూమిలో ఇంకి భూగర్భ జలంగా నిలువ ఉంటుంది. మట్టిలోని రసాయనాలను తనలో కలుపుకొని అది వృక్షముల వ్రేళ్ళద్వారా పీల్చబడినపుడు వాటికి నీటితోబాటు ఆహారాన్ని కూడా అందజేస్తుంది. అట్లే, మన శరీరంలోనూ జీర్ణమైన ఆహారాన్ని నీరు తనలో కలుపుకొని ప్రతీకణానికి నీటితోబాటు ఆహారాన్ని అందజేస్తుంది. మరల కణాలవద్ద తయారైన మురికిని (యూరిక్ యాసిడ్ మొదలైన వాటిని) తనలో కలుపుకుని మూత్ర పిండాలకు, స్వేదరంధ్రాలకు చేర్చి బయటకు వెడలగొడుతుంది. మన శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగానూ బలంగాను, మృదువుగాను, ఆర్ద్రంగాను ఉంచుతుంది. ఇళ్ళు శుభ్రం చేసుకోవటానికి, బట్టలు, పాత్రలు మొదలగునవి శుద్ధిచేసుకోవటానికి నీరు ఎంతగా ఉపయోగపడుతుందో మీ అందరికి అనుభవైక వేద్యమే కదా ! అందుకనే వైజ్ఞానికులు నీటిని Best Dissolvent అంటారు. నీటిని గురించిన మరెన్నో విశేషాలు నా రచన "వేదాలలో జలచికిత్స" అనే గ్రంథంలో చూడండి.

సామాన్యంగా నీరు మనకు 3 రూపాలలో కనబడుతుంది. 0^0C వద్ద గడ్డకట్టి మంచు (ICE) రూపంలోనూ, సామాన్యతాపమానంలో ద్రవంగాను, 100^0C గా చేస్తే వాయువుగాను (నీటియావిరిగాను) కనబడుతుంది. ఈ భూమిపై నాలుగింట మూడు పాళ్ళు జలంతో కప్పబడి (సముద్రాలుగా, సరస్సులుగా నదులుగా) ఉంది. గాలిలో నీటియావిరిగా, తేమగా, మేఘాలుగా కూడా నీరు ఉంటుంది. వాతావరణంలో ఇదిలేకుంటే తాపమానంలో ఎంతటి హెచ్చుతగ్గులు, విపరీతాలు వస్తాయో ఊహించలేము. ఇక ప్రాణి మనుగడ ప్రశ్నార్థకమే.

"నీటిలో మరికొన్ని అద్భుత విశేషాలున్నాయి. వాటిని చూచినపుడు నా మదిలో సృష్టికర్త గొప్ప దయామయు డనిపిస్తుంది. తాను సృజించిన ప్రాణులకు

తగిన వ్యవస్థ (పోషణ, రక్షణ) చేశాడనిపిస్తుంది. చిత్రవిచిత్రమైన ఈ సృష్టిలో మనకు తెలిసిన పదార్థాలలో 'గడ్డకట్టిన పదార్థాలు తేలిక కావడం' అనే విశేషత ఒక్క నీటిలోనే కనబడుతుంది. ఈ కారణంతోనే నదులలోని, సరస్సులలోని నీరు చలికి గడ్డకట్టి ఆ గడ్డలు మునిగిపోకుండా నీటిపై తేలియాడుతాయి. చలి ఎక్కువయ్యేకొలది అవి మరింత గట్టిపడతాయి. క్రమంగా ఆ నీటిపై గడ్డకట్టిన మంచుపొర ఏర్పడుతుంది. ఆ మంచుపొర క్రమంగా ఆ నీటికి రక్షణ కవచంగా ఏర్పడి లోపల ఉన్న నీటి ఉష్ణోగ్రత తగ్గకుండా రక్షిస్తుంది. క్రింది నీరు చలికి గడ్డకట్టకుండా చేస్తుంది. అందుచే ఆ పొర అడుగునున్న నీరు ద్రవరూపంలోనే ఉంటుంది. తద్వారా ఆ నీటిని ఆశ్రయించుకొని జీవిస్తున్న జలచరాలు కాపాడబడతాయి. మరల ఎండలు వచ్చి పైన గడ్డకట్టిన నీరు కరిగేవరకు ఆ మంచుపొరక్రింద అవి సురక్షితంగా ఉంటాయి. అందుచేత నేను సృష్టికర్త అత్యంత మేధావి, అత్యంత శక్తి సామర్థ్యాలు కలవాడేకాక చాలా దయామయు డంటున్నాను. అతడు ప్రాణులను సృజించటమేకాక వాటికి కావలసిన అవసరాలను, రక్షణను సమకూరుస్తున్నాడు. అట్టి దివ్యగుణయుక్త దేవుడు నాకు వేరే పదార్థాలలోకన్నా నీటిలోనే స్పష్టంగా కనబడుతున్నా"డంటూ డా.థామస్ డేవిడ్‌గారు తమ వ్యాసాన్ని ముగించారు.

ఈ విధంగానే మిగిలిన 39 మంది విజ్ఞానవేత్తలు వారి వారి శాస్త్రవిభాగ పరిధిలో ఆలోచించి సృష్టిని నిర్మించి కాపాడుతున్న దేవుడు ఉన్నట్లే నిరూపిస్తూ వ్యాసాలు వ్రాశారు. సృష్టిలో సర్వత్ర నియబద్ధత, క్రమబద్ధత, సమతుల్యత, సమన్వయం, బుద్ధిమత్తత, దయామత్తత, ఒక ప్రయోజనం కనబడుతున్నా యన్నారు. మనం అర్థం చేసుకోవటంలో లోపాలున్నాయికాని సృష్టిలో లోపాలులేవన్నారు.

కనుక మన వేద శాస్త్రాలు ప్రతిపాదించే దైవతత్త్వం హేతుబద్ధము, వైజ్ఞానికము. అది ఆకారం ధరించదు. అవతరించదు. అట్టి తత్త్వాన్ని ఉన్నది ఉన్నట్లుగా తెలుసుకొని ఉపాసించుటమే ఉత్తమం. సృష్టిలోని గొప్ప గొప్ప పదార్థాలను, వింతలను, విచిత్రాలను దర్శిస్తూ వాటిని ఆ విధంగా నిర్మించిన సృష్టికర్త యొక్క అద్భుత శక్తి సామర్థ్యాలను గుర్తించి అతనిపై శ్రద్ధా భక్తులను పెంచుకోవటం ఉత్తమం. మీరేమంటారు ?

జీవుడు

జీవులంటే మనమే. సామాన్యంగా లోకంలో 'నేను, నేను' అని వ్యవహరిం
మనం శరీరం కాదు. శరీరంలోనే ఉన్నా శరీరంకన్నా వేరుగా ఉన్నాము. కారు
కూర్చున్న వ్యక్తి కారుకన్న వేరుగా ఉన్నట్లు, ఇంట్లో ఉన్న వ్యక్తి ఇంటికన్న వేరుగ
ఉన్నట్లు మనం ఈ శరీరంలో ఉన్నాము. జీవాత్మలమైన మనం ప్రస్తుతం మాన
శరీరంలో ఉన్నాము. కొందరము పురుష శరీరంలోను, కొందరము స్త్రీ శరీరంలోన
ఉన్నాము. స్త్రీ పురుష భేదాలు శరీరానికేగాని జీవాత్మలమైన మనకుండవు.
అయినప్పటికీ మనం శరీరాన్నిబట్టే లోకంలో ప్రవర్తించవలసి ఉంటుంది. లేకుంటే
చాలా చాల యిబ్బందులొస్తాయి. ఈ జన్మలో మనం మానవ శరీరంలో ఉన్నాము.
ఒకవేళ ఈ మానవజన్మలో పాపాలుచేస్తే అందుకు తగిన జంతువులుగానో,
క్రిమికీటకాదులుగానో లేదా వృక్షాలుగానో పునర్జన్మలెత్తవలసి ఉంటుంది.

మానవ జన్మలో మనస్సు బాగా వికసించి ఉంటుంది. దానిలోని ఉన్నత
భాగాన్ని బుద్ధి అంటాయి శాస్త్రాలు. దానితో మనం ఎన్నెన్నో విషయాలు గ్రహించగలం,
ఆలోచించగలం, ఇతరులకు బోధించగలం. దీనిని జ్ఞానగ్రహణ సాధనమనీ,
అంతరింద్రియంగా ఉంటుందనీ ఋషులంటారు. బాహ్యేంద్రియాలతో తెలియబడని
కొన్ని సూక్ష్మవిషయాలను ఈ బుద్ధితో తెలుసుకోగలుగుతాము. పరమాత్మవలెనే
జీవాత్మకూడా ఒక సూక్ష్మ విషయమే. శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధాలు దేవునిలో
లేనట్లే జీవునిలోనూ లేవు. బాహ్యేంద్రియాలతో దేవున్ని తెలుసుకోలేనట్లే జీవున్ని
కూడా తెలుసుకోలేము. కనుక, జీవులు ఎలా ఉంటారో తెలియాలంటే దేవుడు మన
కిచ్చిన బుద్ధితో ఆలోచించక తప్పదు.

'జీవులు' ఎలా ఉంటారు ? ఎలా గుర్తుపట్టాలి ?

మన ప్రాచీన ఋషులు జీవుల గురించి చాలా లోతుగానే అధ్యయనం
చేశారు. వాటిని దర్శన ఉపనిషదాది తత్త్వశాస్త్రాలలో పొందు పరచారు. వీటిలోనే
క, ఆయుర్వేద నీతిశాస్త్ర ఇతిహాసాది గ్రంథాలలో కూడా ఈ విషయాలు
నబడతాయి. కొన్నిచోట్ల అలంకారికంగాను, కొన్ని చోట్ల అంశికంగాను, కొన్ని
ట్ల సంక్షిప్తంగా సూత్రాలుగాను ఈ వివరణలుంటాయి. మనమంతా బుద్ధిజీవులం

కనుక దర్శనశాస్త్ర మార్గాన్ని అనుసరించి ఆలోచన చేయటం మనకు అనుకూలంగా ఉంటుంది.

'నాది' అన్నప్పుడు ఆ వస్తువుకన్న మనం వేరు :

కపిల మహర్షి తమ సాంఖ్యదర్శన శాస్త్రం(6-3)లో ఏమన్నారంటే - "ఓ మానవులారా! మీరు శరీరంకాదు. ఈ మాట మీ వ్యవహారంలోనే కనబడుతున్నది. జాగ్రత్తగా గమనించండి" అన్నారు. **"షష్ఠీ వ్యపదేశా దపి"** (షష్ఠీ వ్యపదేశాత్+అపి) - వ్యపదేశమంటే వ్యవహారమని అర్థం. లోకవ్యవహారంలో మనం "నా కాలు, నా చెయ్యి, నా కన్ను, నా ముక్కు" అంటూ ఉంటాము. జ్వరంవస్తే - "నా ఒంట్లో బాగాలేదు. చాలా జ్వరంగా ఉంది, నా ఒళ్ళు కాలిపోతోంది" అంటుంటాము. వ్యాకరణదృష్టితో ఈ వాక్యాలన్నీ షష్ఠీవిభక్తిలో ఉన్నాయి. వీటిని విడదీసి చెబితే "నా యొక్క కాలు, నా యొక్క చెయ్యి, నా యొక్క ఒళ్ళు (శరీరం)" అవుతాయి. ఈ షష్ఠీ విభక్తి ప్రయోగం సంబంధాన్ని తెలుపుతుంది. ఆ వస్తువుకు (లేదా ఆ వ్యక్తికి) మనకు ఉండే సంబంధాన్ని తెలుపుతుంది. అట్లే - 'నా మనస్సు బాగా లేదు, నా బుద్ధి పనిచేయలేదు' అంటూ ఉంటాము. కనుక ఇవికూడా మనకు వేరుగా ఉన్నాయి. మన యోగేశ్వర శ్రీకృష్ణులవారు ఏమన్నారంటే -

ఇంద్రియాణి పరాణ్యాహుః, ఇంద్రియేభ్యః పరం మనః ।
మనసస్తు పరా బుద్ధిః యో బుద్ధేః పరతస్తు సః ॥

- భగవద్గీత (3-42)

"శరీరంలో వేరే అవయవాలకన్న ఇంద్రియాలు శ్రేష్ఠంగా సూక్ష్మంగా ఉంటాయి. ఇంద్రియాలకన్న మనస్సు శ్రేష్ఠంగా సూక్ష్మంగా ఉంటుంది. మనస్సు కన్నను బుద్ధి శ్రేష్ఠంగా ఉంటుంది. వీటన్నిటికన్నను జీవాత్మ శ్రేష్ఠంగా, సూక్ష్మంగా, వేరుగా ఉంటుం"దని వివరించారు. తరుపరి శ్లోకంలో "నేను, నేను అని వ్యవహరించే నీవు ఒక జీవాత్మవు. ఈ శరీర ఇంద్రియ మనోబుద్ధులన్నీ నీకన్న వేరుగా ఉన్నాయి. అవి నీకు సాధనాలుగా (పనిముట్లు Instruments గా) ఉన్నాయి. కనుక వాటిని నీ అదుపులో పెట్టుకొని నీ ఉన్నతికై యత్నించు" (గీత. 3.43) అని ప్రబోధించారు.

ఉపనిషత్తులు జీవాత్మను రథంలో కూర్చున్న రాజుగా అభివర్ణిస్తాయి. శరీరాన్ని రథంగాను, బుద్ధిని సారథిగాను, మనస్సును కళ్ళెముగాను, నేత్రాది ఇంద్రియాలను అశ్వాలుగాను అలంకారికంగా వర్ణిస్తాయి. వీటిలో జీవాత్మ ఒక్కడే కర్తా భోక్తా అంటాయి. అతడే దేహేంద్రియ మనోబుద్ధులతో (సాధనాలతో) కర్మలుచేస్తూ వాటి ఫలితాలను అనుభవిస్తాడంటాయి. పరిమాణంలో వెంట్రుకమొనకన్నా చాలా చిన్న పరిమాణంగా–1/10,000 గా జీవుడుంటాడంటుంది శ్వేతాశ్వతరోపనిషత్తు (5–9). జీవుని పరిమాణం ఎంత చిన్నదంటే ఎలక్ట్రానిక్ మైక్రోస్కోపుతో కూడా చూడలేనంత చిన్నది. సూక్ష్మమైనది. ఇది ఒకప్పుడు కొత్తగా పుట్టలేదనీ, ఎన్నటికీ మరణించదనీ (లేకుండా పోదనీ) అంటాయి మన వేదశాస్త్రాలన్నీ. ఇక మనం జీవున్ని ఎలా గుర్తించాలో ఆలోచిద్దాము.

జీవున్ని ఎలా గుర్తుపట్టాలి ?

సామాన్యంగా ఏ పదార్థాన్నైనా వాటి గుణధర్మాలనుబట్టి గుర్తిస్తాము. సూక్ష్మపదార్థాలైన మనస్సును, జీవాత్మ, పరమాత్మలను కూడా అదేవిధంగా వాటి వాటి గుణాలను బట్టి గుర్తించ వచ్చునంటారు మన ప్రాచీన ఋషులు.

"ఇచ్ఛా ద్వేష ప్రయత్న సుఖ దుఃఖ జ్ఞానాని+ఆత్మనో లింగమ్" అంటారు గౌతమ మహర్షి తమ న్యాయదర్శనం (1–1–10)లో. అంటే – తన కొరకు ఇతరులకొరకు ఏవేవో కోరికలను కలిగి ఉండటం, ఆ కోరికలకు అడ్డుపడేవారిని ద్వేషించటం, కష్టాలను బాధలను దూరం చేసుకోవటంకోసం ప్రయత్నిస్తూ ఉండటం" అనేవి జీవుని ముఖ్యమైన గుణాలు. వీటితో బాటు సుఖదుఃఖాల అనుభవం పొందటం ఎంతోకొంత జ్ఞానాన్ని కలిగి ఉండటం జీవుల లక్షణం – అంటే జీవుని ఉనికిని గుర్తించటానికి గుర్తులు (Indications). ఈ ఇచ్ఛా ద్వేష ప్రయత్న సుఖదుఃఖ జ్ఞానాలు జీవించివున్న మనిషిలోనే మనకు కనబడతాయి. విధివశాత్తు ఆ వ్యక్తి మరణిస్తే ఆ శవంలో మనకు ఈ గుణాలేవీ కనబడవు. ఈ గుణాలుగల ఏదో అదృశ్యపదార్థం ఆ శరీరాన్ని విడిచివెళ్ళి పోయిందని మన బుద్ధికి అర్థమౌతుంది. ఆ వెళ్ళిపోయిన అదృశ్యపదార్థాన్నే జీవుడంటారు గౌతమ మహర్షి.

కొన్ని వ్యాధి పరిస్థితులలో మనిషి కోమాలోనికి వెళ్ళిపోతాడు. అప్పుడు

శరీరం జీవించియే ఉంటుందికానీ పై గుణాలేవీ కనబడవు. అందుచే కణాద మహర్షి తమ 'వైశేషిక దర్శనం'లో మరికొన్ని గుణాలను జీవలక్షణాలలో చేరుస్తారు. వారేమన్నారంటే -

"ప్రాణాపాన నిమేషోన్మేష జీవన మనోగతీంద్రి యాంతర
వికారాః, సుఖదుఃఖేచ్ఛా ద్వేష ప్రయత్నా శ్చాత్మనో లింగాని"
- వైశేషిక దర్శనం (3-2-4)

నాసికలో ప్రాణాపాన గతి, కంటిరెప్పల నిమేష ఉన్మేషణాలు, జీవనమనో గతులు, ఇంద్రియాంతర వికారాలు, సుఖదుఃఖాల అనుభవం, ఇచ్ఛా ద్వేష ప్రయత్నాలు జీవుని ఉనికిని గుర్తించే లక్షణాలన్నారు. కనుక కోమాలోనికి వెళ్ళిన వ్యక్తిలో అన్ని గుణాలు లేకపోయినా జీవనగతులు కనబడతాయి. శ్వాస ఆడటం, గుండె కొట్టుకోవటం, రక్తప్రసార నాడీప్రసారాలు, మల మూత్రాది అవయవాలు పనిచేస్తూ ఉండటం మొదలగునవి కనబడుతూ ఉంటాయి. ఇవన్నీ జీవుడు ఉన్నప్పుడే జరుగుతాయి. ఇవి ఆగిపోతే జీవుడు ఆ శరీరాన్ని వదిలి వెళ్ళిపోయినట్లు గుర్తించాలి.

సూక్ష్మదృష్టితో పరిశీలిస్తే మానవులలో వలెనే జంతువులలో కూడా ఇచ్ఛాద్వేష ప్రయత్నాది గుణాలు కనబడతాయి. కనుక జంతువులన్నిటిలోనూ మనవంటి జీవులుంటారు. కాకపోతే వాటిలో జ్ఞానం అవి బ్రతకటాని కవసరమైనంత మాత్రమే ఉంటుంది. అది జన్మతోనే సృష్టికర్త వాటికిస్తాడు. కొన్ని జంతువులు మనం శిక్షణయిస్తే (ట్రెయినింగు యిస్తే) కొన్ని పనులు నేర్చుకుంటాయి. వాటిలో బుద్ధి వికసించిలేనందున విశేష జ్ఞానాన్ని పొందలేవు.

వృక్షజాతులలోనూ జీవులుంటాయంటాయి మన శాస్త్రాలు. అవికూడా ప్రాణవాయువును, జలాన్ని, సూర్యరశ్మిని గ్రహిస్తాయి. విశేషంగా ఇవి వీటితో భూసారాన్ని ఆహారంగా మార్చుకుని తమను పోషించుకోవటమేకాక మననుకూడా పోషిస్తున్నాయి. బీజాలను ఉత్పన్నంచేసుకొని వంశాన్ని వృద్ధి చేసుకుంటున్నాయి. కనుక వీటిలోనూ జీవులుంటాయి. వీటిని స్థావర ప్రాణులంటాయి మన శాస్త్రాలు. ".... నమో వృక్షేభ్యో హరికేశేభ్యోః పశూనాం పతయే నమో నమః" అంటుంది యజుర్వేదం (16-17).

మనకు మూడు శరీరాలున్నాయి!!

జీవాత్మలమైన మనకు మూడు శరీరాలుంటాయని మన వేదశాస్త్రాలు చెబుతాయి. వాటికి స్థూల సూక్ష్మ కారణ శరీరాలని పేర్లు పెట్టాయి. వీటిలో మొదటిదైన స్థూల శరీరం మన కంటికి కనబడేదే. పైన చర్మంతో కప్పబడి ఉన్న ఈ స్థూల శరీరం లోపల కండరాలు, క్రొవ్వులు, రక్తనాళాలు, జ్ఞాన నాడులు, చలన నాడులు, ఎముకలు మొదలగునవి ఉంటాయి. పుట్టినపుడు మూరెడు పొడుగు ఉండే ఈ శరీరం ఆహార పానీయాలతో 4 నుండి 6 అడుగుల ఎత్తువరకు ఎదుగుతుంది. అందచందాలు సంతరించుకుంటుంది. దీనికి వృద్ధిక్షయా లుంటాయి. కాలాంతరంలో – ఆయువు ముగిసిన తరువాత జీవుడు ఈ శరీరాన్ని వదిలి వెళ్ళిపోతాడు. దానితో శ్వాస నిలిచిపోతుంది. గుండె ఆగిపోతుంది. రక్తసంచారం ఆగిపోతుంది. కణాలకు ఆహారం, ఆక్సిజన్ అందక అవి మరణిస్తాయి, శరీరం క్రుళ్ళటం ప్రారంభమౌతుంది. వాసన భరించలేక మనం దానిని కాల్చటమో, పూడ్చటమో చేస్తాము. కనుక ఈ స్థూల శరీరం అందరికి ప్రత్యక్షమే.

ఈ స్థూల శరీరం పాంచభౌతికమైనది. అంటే – భూమి జలము అగ్ని వాయువు ఆకాశము అనబడే పంచభూతాలతో నిర్మితమయ్యింది. భూమి నుండి వచ్చే ఆహారంతోను, నీటితోను నిర్మించబడినట్లు మనకు స్పష్టంగా తెలుస్తుంది. వీటికి తోడు వాయువు (ఆక్సిజన్) కూడా అవసరమే. ఈ మూడింటితో బాటు అగ్ని ఆకాశాలు మన శరీరంలో ఉంటాయి. మనకు తెలియకుండానే ఆహారం ద్వారా అగ్ని మన శరీరంలోనికి చేరుతుంది. కట్టెలలో దాగి ఉన్న అగ్ని పొయ్యిలో అగ్నిగా వ్యక్తమైనట్లు ఆహారసారం (lymph) శక్తిగా (energy) మారేటప్పుడు అది వ్యక్తమౌతుంది.

ఈ నాలుగింటితోబాటు ఆకాశతత్త్వం కూడా శరీరంలో ఉంటుంది. ఆకాశతత్త్వం అంటే వట్టి ఖాళీ ప్రదేశం కాదు. గమనాగమనాలు, కదలికలు కలగటానికి అవకాశమిచ్చే సర్వత్ర వ్యాపించి ఉండే ఒక తత్త్వం – పదార్థం. దానిలోనే శరీరంలోని క్రియలు, రక్త సంచారం, హృదయస్పందన, జీర్ణవిసర్జనాది క్రియలు జరుగుతున్నాయి. కణాద మహర్షి వ్రాసిన వైశేషిక దర్శనం చదివితే ఆకాశం ఒక పదార్థమని మీకు అవగతమౌతుంది. ఈ శరీరం పంచభూతాలతో నిర్మితమై వాటితోనే పెరి

పెద్దదయ్యింది. వాటిలోనే జీవిస్తున్నది. చివరికి మరల వాటిలోనే కలిసిపోతుంది. కనుక స్థూల శరీరాన్ని అందరూ అర్థం చేసుకోగలుగుతారు.

వేరే పశు పక్షి క్రిమికీటకాది శరీరాలలోకన్నా మానవ శరీరంలో ఇంద్రియాలన్నీ వికసించి ఉంటాయి. అవయవ నిర్మాణం అందంగా ఆకర్షణీయంగా ఉంటుంది. కాళ్లూచేతుల అనేక పనులు చేయటానికి, పరోపకారం చేసి పుణ్యాన్ని అర్జించటానికి అనువుగా ఉంటాయి. సాధనచేసి వివిధ కళలను నేర్చుకోవచ్చు. వాక్కుతోనూ వీటిని సాధించుకోవచ్చు. పుణ్యాన్ని అర్జించవచ్చు. కనుకనే ఋషులు మానవజన్మను ఉత్తమోత్తమ జన్మగా అభివర్ణించారు. అయితే, ఈ శరీరాన్ని నడిపించేది, చలనాన్నిచ్చేది సూక్ష్మశరీరం. ఇక దానిని గురించి తెలుసుకుందాము.

స్థూలశరీరం మాదిరిగా సూక్ష్మశరీరం కంటికి కనబడదు. ఏ ఇంద్రియంతోను తెలియబడదు. కేవలం బుద్ధితో మాత్రమే దీనిని అర్థం చేసుకోగలం. సూక్ష్మశరీరంలో పంచ ప్రాణాలు, పంచ జ్ఞానేంద్రియాలు, పంచ సూక్ష్మభూతాలు, మనస్సు, బుద్ధి అన్ని కలిసి 17 తత్త్వాలుంటాయని ఋషులంటారు. కొందరు పంచ ఉపప్రాణాలను, పంచ కర్మేంద్రియాలను కూడా కలపాలంటారు. వీటిని మూడు వర్గాలుగాచేసి అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాము.

1) **ప్రాణమయకోశం :** మనం పీల్చేగాలిలో నైట్రోజన్ వాయువే ఎక్కువగా 79% ఉంటుంది. కాని, అది మనకు ఉపయోగపడదు. అందుచే మన ఊపిరితిత్తులు దానిని స్వీకరించవు. తరువాతది ఆక్సిజన్. ఇది పీల్చేగాలిలో 20% ఉంటే, వదిలే గాలిలో 16% ఉంటుంది. కేవలం 4% ఆక్సిజన్ మాత్రమే శ్వాసకోశం తీసుకుంటుంది. ఆ కొద్ది ఆక్సిజన్ వాయువే మనను బ్రతికిస్తున్నది. అది ఒక్కటే, అది చేసే పనులనుబట్టి ప్రాణ, అపాన, వ్యాన, ఉదాన, సమానము లని పేర్లు పెట్టారు. ఈ ప్రాణాలను గురించీ, వాటి స్థానాలను గురించీ, అవి చేసే క్రియలను గురించి భిన్న భిన్న అభిప్రాయాలున్నాయి. వాటిని చదివి వైజ్ఞానిక దృష్టితో మననం చేయగా నాకు ఈ విధంగా అర్థమయ్యాయి. మీరు కూడా ఆలోచించండి. ప్రాణవాయువు ఆహార పానీయాలను గాలిని స్వీకరిస్తుంది. అపానం మలినాలను విసర్జిస్తుంది. మలమూత్రాలను, కార్బన్ డై ఆక్సైడును, చమటను శరీరం నుండి బయటకు

పంపుతుంది.

వైద్యపరిభాషలో దీనిని బహిష్కరణ మండలము (excretory system) అంటారు. వ్యానము నరకోశంలో (nervous system) వ్యాపించి వాటిపనులను చేస్తుంది. ఉదానము మనం తీసుకున్న ఆహార పానీయాలను జీర్ణంచేసి రసంగా మారుస్తుంది. దీనిని జీర్ణమండలం (digestive system) అని చెప్పవచ్చు. సమాన జీర్ణమైన ఆహారసారాన్ని శరీరంలోని ప్రతీ కణానికి అందిస్తుంది. దీనిని లింఫేటిక్ సిస్టమ్ (lymphatic system) అనవచ్చు.

మన శరీరంలోని గతికి కారణం వాయువంటుంది, ఆయుర్వేదం. పైన వర్ణించిన వాయువులన్నీ సక్రమంగా పనిచేస్తేనే ఆరోగ్యం. వాటి గతులు వక్రిస్తే ఆ యా అవయవాలు వ్యాధిగ్రస్త మౌతాయి. ప్రాణాయామం చేయటంవల్ల ఆ వాయువులు సరిచేయబడటం, బలపడటం కూడా జరుగుతుంది. పూజ్యశ్రీ రాందేవ్‌బాబా గారు ఈ ప్రాణాయామ చికిత్సతోనే అనేక వ్యాధులను అద్భుతంగా నివారణ చేస్తున్నారు. ప్రపంచ వైద్యులను ఆశ్చర్యపరుస్తున్నారు. ఆలోచింప చేస్తున్నారు. కొందరు ఆధునిక వైజ్ఞానికులు ఈ ప్రాణమయకోశాన్ని కెర్లియన్ ఫోటోగ్రఫీ ద్వారా ఫోటోలు తీయగలిగారు. మరిన్ని పరిశోధనలుచేసి 'ప్రాణిక్ హీలింగ్' అనే ఒక చికిత్సా పద్ధతిని రూపొందించారు. కొన్ని గ్రంథాలు ప్రచురించారు. వారి ఒక పెద్ద పుస్తకం నేను కామారెడ్డిలో ఉన్నపుడు చదివాను. ఆ పద్ధతియు ఆలోచించవలసినదే.

2) **<u>మనోమయకోశం</u> :** సూక్ష్మ శరీరంలోని రెండవభాగం మనోమయకోశం. దీనిని ఏ ఫోటోగ్రఫీతో ఫోటో తీయలేము. ఇది చాలా సూక్ష్మమైనది. అయినా ఇది ఒక పదార్థమే. మన దర్శన శాస్త్రాలు మనస్సును ఒక పదార్థంగా నిరూపించి, దాని గుణకర్మలను వివరించి చెప్పాయి. వాటిని అక్కడ చదవండి.

సామాన్యంగా మనస్సు అనేది ఒకటుందని ప్రతీవ్యక్తికీ తన అనుభవంలో అవగతమౌతుంది. ముఖ్యంగా అశాంతికి గురియైనపుడు దాని ఉనికి స్పష్టంగా తెలుస్తుంది. దానిలోనే ఇంద్రియ శక్తులన్నీ ఉంటాయి. ఇదే జీవునకు ఇంద్రియజ్ఞానం కలిగిస్తుంది. మనస్సు పరధ్యానంగా ఉంటే చూసికూడా కనబడదు. వినికూడా వినబడదు. ఇది మన శరీర నరకోశంలో అతి వేగంగా తిరుగుతూ అన్ని

ఇంద్రియాలతోను జీవుని కలుపుతుంది. కనుకనే చూస్తూనే వినగలుగుతాం, తినగలుగుతాం, తిరగగలుగుతాం. సంక్షిప్తంగా దీనిని మనస్సు అని చెప్పవచ్చు. దీనిలోనే మనం చేసినవి, చేస్తున్నవి అయిన కర్మల సంస్కారాలు, సాధనాలు, పాపపుణ్యాలు, స్మృతులు అన్నీ ఉంటాయని మన శాస్త్రాలు చెబుతాయి.

3. <u>విజ్ఞానమయకోశం</u> : దీనిని సంక్షిప్తంగా బుద్ధి అని చెప్పవచ్చు. బుద్ధి అంటే జ్ఞానాన్ని గ్రహించే సాధనం లేదా శక్తి. ఇంద్రియ మనస్సుల ద్వారా గ్రహించిన విషయాలను ఇది వివేచన చేస్తుంది. తన పూర్వ సంస్కారాలనుబట్టి తన కవసరమైన విషయాన్ని గ్రహిస్తుంది. రథంలో సారథి (డ్రైవరు) ఉన్నట్లు జీవాత్మలమైన మనకు ఇది సారథిగా ఉంటుందని ఉపనిషత్తులు చెబుతాయి. ఈ విధంగా ప్రాణమయ, మనోమయ, విజ్ఞానమయ కోశాలను (భాగాలను) కలిగి ఉంటుంది రెండవదైన సూక్ష్మశరీరం.

<u>మూడవది కారణశరీరం :</u> దీనిని మూల ప్రకృతి అని చెప్పవచ్చు. సత్త్వము, రజస్సు, తమస్సు అను పేర్లుగల అత్యంత ప్రాకృతిక సూక్ష్మ అణువులతో ఇది ఉంటుందట. దీనితోనే జీవుడు సుషుప్తిని (గాఢనిద్రను) పొంది ఆనందాన్ని అనుభవిస్తాడు. అలసిన మూడు శరీరాలు సేదతీరి శక్తిని, స్ఫూర్తిని పొందుతాయి. ఇది మూల ప్రకృతితో చేయబడుటచే జీవులందరికి సమానంగా ఉంటుంది. కనుకనే గాఢనిద్రలో పండిత పామరులంతా ఒకే రకమైన ఆనందాన్ని అనుభవిస్తారు.

యోగ సాధనలో పరిపక్వత పొంది నిర్వికల్ప సమాధిని పొందిన యోగులకు మరొక నాల్గవ శరీరం ఏర్పడుతుందట. దీనిని **'తురీయ శరీర'** మంటారు. అట్టి తురీయ శరీరంతోనే సమాధ్యవస్థలో పరమేశ్వరుని ఆనందాన్ని అనుభవిస్తారు. "ఈ సమాధి సంస్కార జన్య శుద్ధ పరాక్రమము ముక్తియందును యథావిధిగా సహాయపడుతుం"దని మహర్షి దయానంద సరస్వతీ స్వాములవారు తమ సత్యార్థ ప్రకాశంలో నవమ సముల్లాసంలో వ్రాశారు. విశదంగా తెలిసికోగోరువారు అక్కడ చూడండి. మనవంటి సామాన్యజీవులు స్థూలశరీరం పతనమై తరువాత సూక్ష్మకారణ శరీరాలను తమవెంట తీసుకుని పోయి మరొక స్థూల శరీరంలో ప్రవేశిస్తారు.

భగవద్గీతలో యోగేశ్వర శ్రీకృష్ణుడు జీవుని ఈ శరీరమార్పును ఒక ఉపమానం

ద్వారా వివరించారు.

శ్లో॥ శరీరం యదవాప్నోతి యచ్చాప్యుత్క్రామ తీశ్వరః,
గృహీత్వైతాని సంయాతి వాయుర్గంధానివాశయాత్ ॥ - భగవద్గీత (15-8)

వాయువు పుష్పాన్ని అక్కడనే వదిలి దాని గంధాన్ని (వాసనలను) దూరంగా తీసుకుపోతున్నట్లు జీవుడు మృత శరీరాన్ని వదిలి తన సంస్కారాలనే వాసనలను తనవెంట తీసుకుపోతాడు.

సంక్షిప్తంగా ఇదీ మన మూడు శరీరాల కథ మరియు జీవుని కథ.

విశ్వసృష్టికి మూల పదార్థం ఏది?

విశ్వసృష్టిని గురించి ఆధునిక వైజ్ఞానికులలో విభిన్న అభిప్రాయాలున్నాయి. 10కి పైన సిద్ధాంతాలున్నాయి. క్రీ.శ. 1927లో డా॥యాబీలిమ్రేత్ చేసిన పరిణామవాదంతో ఈ ఆలోచనా పరంపరలు ప్రారంభమయ్యాయి. సృష్టి ప్రారంభంలో విశ్వమంతా ఒక పెద్దముద్దగా ఉండేదనీ, అది కొన్ని పరిస్థితుల ప్రభావంతో ఒత్తిడికి గురియై ప్రేలిపోయిందనీ, ముక్కలు ముక్కలుగా విశ్వంలో వెదజల్లబడి సూర్యకుటుంబాలుగా ఏర్పడ్డాయనీ వారి వాదన. అనంతరం 1948లో హెర్మన్ బాండీ, థామస్ గోలు గార్లు విశ్వ యథాస్థితి వాదాన్ని తీసుకు వచ్చారు. వారు ప్రారంభంనుండి విశ్వం యిట్లే ఉండేదనీ, ఇకముందు కూడా యిట్లే ఉంటుందనీ వారి వాదన. కొంతకాలం తరువాత డా.ఆర్.సి. టాల్మన్‌గారు విశ్వస్పందన వాదాన్ని ప్రవేశపెట్టారు. వీరి సిద్ధాంతం ప్రకారం విశ్వపదార్థమంతా 800 కోట్ల సంవత్సరాల కొక పర్యాయం సూర్య కుటుంబాలు, గెలాక్సీలు దగ్గరకు వచ్చేసి ఒక పెద్ద ముద్దగా అయిపోతుందనీ అది మరల ప్రేలిపోయి ముక్కలు ముక్కలుగా విసిరివేయబడి సూర్యకుటుంబాలుగా రూపుదిద్దుకుంటాయనీ వారి సిద్ధాంతం. (ఇది మన వేదసిద్ధాంతానికి కొంత దగ్గరగా ఉంది.) అనంతకాలంలో అనంతవిశ్వవాదమనీ, వికర్షణవాదమనీ, అనంత విశ్వాలనీ అనేక వాదాలొచ్చాయి. ఈ వాదాలలో 'ఏది సత్యం?' అని అడిగితే - విశ్వానికి మూలపదార్థం ఏదో తెలియటం లేదు. అది తెలిస్తే ఈ విషయమేకాక మరెన్నో సృష్టిరహస్యాలు చెప్పగలమంటున్నారు వైజ్ఞానికులు.

ఆధునిక వైజ్ఞానికులు చాలాకాలం ఈ సృష్టి వివిధ అణువులతో (మూలకాలతో) ఏర్పడిందన్నారు. అణుగర్భంలోకి వెళ్ళిచూచిన తదుపరి పరమాణువులు కారణమన్నారు. ప్రధానమై 3 రకాల పరమాణువులను గుర్తించి సృష్టికి ప్రోటాన్, ఎలక్ట్రాన్, న్యూట్రాన్లు కారణమన్నారు. అనంతరం మరికొన్ని రకాల పార్టికల్స్‌ను కనిపెట్టి వీటన్నిటికి మరొక మూలకారణం ఏదో ఉండి ఉండాలంటున్నారు. అట్టి మూలకణాలను పట్టుకోవడానికి కోట్లాది డాలర్ల వ్యయంతో పెద్ద పెద్ద అబ్జర్వేటరీలు నిర్మించి నిర్విరామంగా రోదసిలోనికి దృష్టిసారిస్తున్నారు. కాని, ఇంతవరకు ఆ మూలకణాలేవో గుర్తించలేకపోయారు. కొందరు వాటినీ న్యూట్రినోలని, కాస్మిక్‌డస్టు అని పేర్లుపెట్టి పరిశోధనలు చేస్తున్నారు. రకరకాల ఊహాగానాలు చేస్తున్నారు. ఇక ఈ విషయంలో మన మహర్షులేమన్నారో తెలుసుకుందాము.

కణాద మహర్షి స్థూలదృష్టితో ప్రపంచాన్ని పరిశీలించగా వారికి సృష్టిలో 9 రకాల ద్రవ్యాలు (పదార్థాలు) కనబడ్డాయి. మహర్షి వాటిని తమ వైశేషిక దర్శనంలో ఈ విధంగా సూత్రీకరించారు.

"పృథి వ్యాపస్తేజో వాయు రాకాశం, కాలో దిగాత్మా మన ఇతి ద్రవ్యాణి"

- వైశేషిక దర్శనం (1-1-5)

అంటే - ఈ సృష్టిలో భూమి, జలము, అగ్ని, వాయువు, ఆకాశము, కాలము, దిక్కు, ఆత్మ, మనస్సు అనబడే 9 రకాల ద్రవ్యాలు (పదార్థాలు) ఉన్నాయన్నారు. వీటిలో ఆత్మ ఒక్కటే జ్ఞానం కలిగినదనీ, అది ఆది అంతములు లేని నిత్యపదార్థమనీ వారి దర్శన శాస్త్రంలో అన్నారు. ఇంతేగాక, వారు ప్రపంచంలోని సుమారు 25 గుణాలను లెక్కించి ఏ పదార్థంలో ఏ ఏ గుణాలున్నాయో వివరించి చెప్పారు. తర్కబద్ధంగానూ నిరూపించారు. ఆ వివరాలు 'వైశేషిక దర్శనం'లో చదవండి. మనం ఈ కరపత్రంలో జడపదార్థాలైన ఎనిమిదింటికి మూలమైన మూల పదార్థ - ప్రకృతిని గురించి తెలుసుకుందాము.

మూల ప్రకృతిని గురించి లోతుగా అధ్యయనం చేసిన వారిలో కపిల మహర్షి అగ్రగణ్యులు. వారు వారి అధ్యయన సారాంశాన్ని తమ సాంఖ్యదర్శన

శాస్త్రంలో ఈ విధంగా సూత్రీకరించారు.

"సత్వ రజస్తమసాం సామ్యావస్థా ప్రకృతిః ;
ప్రకృతేర్ మహాన్, మహతో అహంకారాః ;
అహంకారాత్ పంచ తన్మాత్రాణి ఉభయమింద్రియం ;
తన్మాత్రేభ్యః స్థూలభూతాని ;
పురుషః ఇతి పంచవింశతిర్గణః "

– సాంఖ్య దర్శనం (1-61)

ఇది చాలా గంభీరమైన విషయం కనుక జాగ్రత్తగా అర్థంచేసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాము.

<u>సత్వరజస్తమసాం సామ్యావస్థా ప్రకృతిః</u>

అంటే – సత్వము, రజస్సు, తమస్సు అనబడే మూడు రకాల అత్యంత సూక్ష్మకణాలు సామ్యావస్థలో ఉండే స్థితిని ప్రకృతి అంటారు. అవే సృష్టిలోని జడపదార్థాలన్నింటికి మూలకణాలు. వాటినుండే క్రమ పరిణామం చెందుతూ నేడు వైజ్ఞానికులు చెప్పే పరమాణువులుగా ప్రోటాన్, ఎలక్ట్రాన్, న్యూట్రాన్‌లుగా అయ్యాయి. ఆ స్థూల పరమాణువులు వివిధ నిష్పత్తులలో మేళవింపబడి మూలకాలు (Elements) గానూ, వివిధ సమ్మేళనాలు (Compounds) గా రూపుదిద్దుకొని వివిధ పదార్థాలుగాను తయారై మన కంటికి కనబడుతున్నాయి. లేకుంటే మూల ప్రకృతిని మనం చూడలేము. అత్యంత శక్తిగల సూక్ష్మదర్శినికి కూడా అవి కనబడవు. ఎందుచేతనంటే మన అనుభవంలో ఉన్న 'మనస్సు, బుద్ధి' కూడా మూల ప్రకృతి నుండి తయారైనవే. వాటిని మనం చూడలేము కదా! ! కపిల మహర్షి తదుపరి వాక్యాలలో ఈ విషయమే తెలుపుతున్నాడు.

<u>ప్రకృతేర్ మహాన్</u> : అట్టి అత్యంత సూక్ష్మప్రకృతి నుండి ముందుగా మహాన్ (మహతత్త్వం) అనబడే పదార్థం పుడుతుంది. దానితోనే సృష్టికర్త మానవులలో కనబడే బుద్ధిని తయారు చేశాడు. మనకు కొద్దికొద్దిగా యిచ్చాడు. మనం గట్టి ప్రయత్నం చేస్తే అది చాలా వికసిస్తుంది.

<u>మహతో అహంకారః</u> : ఆ మహతత్త్వాన్ని కొద్దిగా స్థూలం చేసి 'అహంకారం' అనే పదార్థాన్ని తయారు చేశాడు. ఇచట అహంకారం అంటే మానవులలోని "నేనే గొప్ప అనుకునే అహంభావం" కాదు. ఇది సూక్ష్మపరమాణువులతో ఏర్పడిన ఒక జడపదార్థం.

అహంకారాత్ - పంచ తన్మాత్రాణి, ఉభయమింద్రియం:

అహంకారం నుండి పంచతన్మాత్రలనే అయిదు రకాల సూక్ష్మపదార్థాలు నిర్మింపబడ్డాయి. వీటిని శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధ తన్మాత్రలంటారు. ఆ అహంకారంతోనే మన శరీరాలలోని పంచ జ్ఞానేంద్రియాలు, పంచ కర్మేంద్రియాలు మరియు వీటిని సంయుక్తం చేస్తూ జీవునితో కలిపే మనస్సు నిర్మించబడతాయి. అహంకారం నుండి పుట్టినవి మొత్తం 16 (5+5+5+1).

<u>తన్మాత్రేభ్యః స్థూలభూతాని</u> : అహంకారం నుండి ఒక భాగంగా పుట్టిన తన్మాత్రల నుండి మనకు కనబడుతున్న స్థూలభూతాలు - పృథివ్యాప్తస్తేజో వాయు రాకాశాలు పుట్టాయి. అందుచేతనే పంచభూతాలలో పంచగుణాలు ప్రధానంగా కనబడుతున్నాయి. వాటిని గ్రహించగల పంచజ్ఞానేంద్రియాలను సృష్టికర్త మనకు అహంకారం అనే పదార్థంతోనే నిర్మించి యిచ్చాడు.

ఇవన్నీ మూల ప్రకృతి నుండి క్రమంగా ఏర్పడిన జడ పదార్థములు. కాని, ప్రాణులలో సుఖదుఃఖాలను అనుభవించే జ్ఞానం కనబడుతున్నది. ఈ జ్ఞానం ప్రకృతి పదార్థాల కలయికవల్ల క్రొత్తగా పుట్టింది కాదు. <u>జడం నుండి జ్ఞానం పుట్టడం అసంభవం.</u> కనుక ప్రకృతి కన్నవేరుగా జ్ఞానం కలిగిన పదార్థం మరొకటి ఉందని అంగీకరించవలసివస్తుంది. దానినే కపిల మహర్షి - పురుషుడు అంటారు.

<u>"+పురుషః ఇతి పంచవింశతిర్గణః"</u> అన్నారు. అంటే సృష్టిలో జడప్రకృతితో బాటు జ్ఞానంకల పురుషుడు (జీవుడు) అనబడే జీవతత్త్వం కూడా ఒకటి ఉంది" అన్నారు. ఆ జీవతత్త్వం ప్రకృతికన్న పూర్తిగా భిన్నమైనదని తమ సాంఖ్యదర్శనంలో తర్కించి నిరూపించారు. ఈ రెండేగాక, పరమాత్మ తత్త్వం మరొకటి ఉన్నదని నిరూపించారు.

మన వేదశాస్త్రాలన్నిటిలోను విశ్వసృష్టికి మూలం ప్రకృతి అని చెప్పబడింది. అది జడము - జ్ఞానంలేనిది, కనుక తనంత తానుగా విశ్వంకాలేదు అట్టి ప్రకృతిని -

"ఏకో వశీ సర్వభూతాంత రాత్మా, ఏకం రూపం బహుధా యః కరోతి
- కఠోపనిషత్తు (2.5-12

"సర్వ భూతాలకు అంతరాత్మయు, ఒకే ఒక్కడు సర్వాన్ని వశంలో ఉంచుకొన్నవాడునైన ఏ పరమాత్మ ఉన్నాడో అతడే ప్రలయకాలంలో ఏకరూపంగా ఉన్న ప్రకృతిని అనేక విధ రూపములుగా సృష్టిగా చేయుచున్నాడంటాయి" మన ఉపనిషత్తులు.

ఆ ప్రకృతి మూడు రకాల పరమాణువుల మిశ్రమ పదార్థం. సృష్టికర్త వీటిని హెచ్చుతగ్గులుగా కలిపి పరమాణుబంధం చేసి మూలకాలుగా (Elements) నిర్మించాడు. ఆ మూలకాల సమ్మేళనమే ఈ విశ్వం.

అఘమర్షణ సూక్తం - పాపనిరోధకం

ఋగ్వేద దశమ మండలంలోని 190వ సూక్తం అఘమర్షణ సూక్తమనే పేరుతో ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రంలో ప్రసిద్ధిని పొందింది. సస్వర వేదపాఠం చేసేవారంతా - "అథ అఘమర్షణ సూక్తమ్" అంటూ ఈ సూక్తాన్ని పఠిస్తారు. కేవలం మూడు (3) మంత్రాలుగల ఈ చిన్న సూక్తం సృష్టిరచనను సంక్షిప్తంగా చెబుతుంది. ఈ మంత్రాలకు అఘమర్షణో మధుచందసుడు ఋషి అంటే - ఆ పేరుగల ఆది ఋషి ఈ మంత్రాల అర్థాన్ని మనన చింతనలు చేస్తూ యోగసాధనచేసి సమాధిస్థితిలోనికి వెళ్ళాడు. అంతర్యామి సాక్షాత్కారం పొంది ఆయనద్వారా ఈ మంత్రాల అసలు అర్థాన్ని తెలుసుకున్నాడు. తను తెలుసుకున్న ఆ అర్థాలను శిష్యులకు, తోటి మానవులకు వివరించి చెప్పాడు. ఈ మంత్రాలలో విశ్వ సృష్టిరచన సంక్షిప్తంగా ఉందనీ, వీటిని అర్థభావనతో పఠిస్తే విశ్వాత్మ సర్వవ్యాపకుడు సర్వశక్తిమంతుడని గ్రహించి పాపాలు చేయకుండా ఉంటారనీ బోధించాడు.

సంస్కృతంలో 'అఘ' మంటే పాపమని అర్థం. 'మర్షణ' మంటే పోగొట్టుకోవటం అని అర్థం. 'అఘమర్షణం' అంటే పాపాలు పోగొట్టుకోవటం. అయితే ఇక్కడ ఈ మూడు మంత్రాలు పఠిస్తే చేసిన పాపాలు పోతాయనికాదు. పాపం చెయ్యకుండా ఉంటామనీ, పాపభీతితో జీవనయాత్ర సాగిస్తామనీ అర్థం. ఈ వేదఋషి అసలు పేరు మధు ఛందసుడు. ఆయన ఈ పాపనిరోధక మంత్రార్థద్రష్ట కనుక అతనిని గుర్తిస్తూ ప్రజలు 'అఘమర్షణో మధుచ్ఛందసః' అని పిలుచుకున్నారు.

ఈ మంత్రాల దేవత భావవృత్తమ్. వేదప్రకరణంలో 'దేవత అంటే - ఆ సూక్తం లేదా ఆ మంత్రం చెప్పే విషయం (subject) అని అర్థం. 'భావవృత్తమ్' అంటే భావించబడిన - ఊహించబడిన వృత్తం (వలయం). మబ్బులులేని ఒక రాత్రి మనం ఆకాశాన్ని పరికించి చూచినట్లయితే అనేకానేక నక్షత్రాలు అన్నివైపులా కనబడతాయి. అవన్నీ భూమిచుట్టూ ఒక వలయంగా - వృత్తంగా ఉన్నట్లు అనిపిస్తుంది. అట్టి నక్షత్రవలయాన్నే మన ఋషులు భావవృత్తమనీ, కాంతివృత్తమనీ, ఖగోళవృత్తమనీ పేర్కొన్నారు. ఇక్కడ ఈ మంత్రాలలో ఆ భావవృత్తం అనేకానేక నక్షత్ర కుటుంబాల సృష్టి ఎలా జరిగిందో చెప్పబడింది. ఇక ఆ మంత్రాల గురించి ఆలోచిద్దాము.

<u>అథ అఘమర్షణ సూక్తమ్</u>

ఓ3మ్ ఋతం చ సత్యం చ + అభీద్ధా తపసో ధ్యజాయత ।
తతో రాత్ర్యజాయత, తతః సముద్రో అర్ణవః ॥ (1)

ఓ3మ్ సముద్రా దర్ణవాదధి సంవత్సరో అజాయతః
అహోరాత్రాణి విదధద్ + విశ్వస్య మిషతోవశీ ॥ (2)

ఓ3మ్ సూర్యా చంద్రమసౌ ధాతా యథాపూర్వ మకల్ప యత్।
దివం చ పృథివీం చ + అంతరిక్షమథో స్వః ॥ (3)

- ఋగ్వేదం (10-190-1,2,3)

<u>**వాక్యార్థం :**</u>

<u>**ఓ3మ్**</u> : ఇది మంత్రంలోని భాగం కాదు. ఏదైనా సూక్తాన్ని పఠించేటప్పుడు ఆ

జ్ఞానాన్ని యిచ్చిన సృష్టికర్తను స్మరించటం వేదసాంప్రదాయం. సృష్టికర్త యొక్క గుణగణాలు, శక్తి సామర్థ్యాలు అనంతం. అందుచే గుణానికి ఒక పేరుగా అ నామాలు ఏర్పడ్డాయి. వాటిలో 'ఓ3మ్' అనేదే అతని ముఖ్యనామం - అసలు పేరు. అందుచే ఆ నామంతోనే స్మరిస్తారు.

1. <u>ఋతం చ సత్యం చ అభీద్ధాత్ + తపసః + అధ్యజాయత =</u> ఋత సత్యములు పరమాత్మ యొక్క ప్రకాశవంతమైన తపస్సుతో సృష్టి ఉత్పన్నమయినవి. ఋతం అంటే ప్రాకృతిక నియమాలు. సత్యం అంటే సత్వరజస్త గుణాత్మకమైన మూల ప్రకృతి (అవ్యక్తము). దీని భావమేమంటే - తనలో ఉ ప్రకృతిని సృష్టికర్త తన గొప్పదైన తపస్సుతో కొన్ని శాశ్వత నియమాలుగల విశ్వం నిర్మించాడని అర్థం.

<u>తతః+రాత్రీ+అజాయత =</u> ఆ పరిణామక్రమంలో ముందుగా ప్రళయరూప రాత్రి ఉత్పన్నమయ్యింది.

<u>తతః+సముద్రః+అర్ణవః =</u> దాని నుండి అర్ణవ సముద్రం (పరమాణు సముద్రం ఉత్పన్నమయ్యింది.

2. <u>సముద్రాత్ + అర్ణవాత్ + అధి + సంవత్సరః + అజాయత =</u> ఆ అర్ణ సముద్రం క్రమంగా ఒక చోటికి చేరి 'అధిసంవత్సర' నామక మహాదండంగ ఉత్పన్నమయ్యింది. అంటే ఒక పెద్ద ముద్దగా (అండంగా) ఏర్పడింది. అది క్రమంగా కేంద్రంవైపుకు నొక్కివేయబడుటచే ఆ ఒత్తిడికి ప్రేలిపోయింది. ముక్కలు ముక్కలుగా విడిపోయి విసిరివేయబడ్డాయి. దీనినే ఆధునిక వైజ్ఞానికులు "బిగ్‌బ్యాంగ్" జరిగిందంటున్నారు.

<u>అహోరాత్రాణి విదధద్ + విశ్వస్యమిషతః + వశీ</u> = బిగ్ బ్యాంగ్ జరిగిన తరవాత విసిరివేయబడిన ఆ ముక్కలు నక్షత్రాలుగా ఏర్పడ్డాయి. అవి మరల కేంద్రిక ఒత్తిడికి గురియై గ్రహ ఉపగ్రహాలై నక్షత్రాల చుట్టూ తిరుగుతున్నాయి. ఇవన్నీ తమలో తాము తిరుగుతూ, వాటి వాటి కేంద్రం చుట్టూ తిరుగుతున్నాయి. వాటిలో నక్షత్రాలను సూర్యులనీ, వాటి చుట్టూ తిరుగువానిని గ్రహాలని, గ్రహాల చుట్టూ తిరుగువాని

ఉపగ్రహాలనీ (చంద్రులనీ) వ్యవహరిస్తున్నాము. మన భూమికి ఒకే ఉపగ్రహం ఉందికాని కొన్ని గ్రహాలకు 2,3,4 ఉపగ్రహాలున్నాయి. అవి ఆ గ్రహాలకు చంద్రులన్నమాట. ఈ సూర్యకుటుంబాలలో సూర్యుడొక్కడే స్వయం ప్రకాశకుడు. తనలో ఉన్న హైడ్రోజన్ వాయువు హీలియం వాయువుగా మార్పుచెందుచున్నందువల్ల పెద్ద పెద్ద అగ్నిజ్వాలలు వెలువడి సూర్యులను ప్రకాశవంతం చేస్తున్నాయి. కనుక అవి స్వయం ప్రకాశకాలయ్యాయి. అట్టి ప్రక్రియ గ్రహాలలో జరగనందున అవి సూర్యప్రకాశంతో ప్రకాశితములౌతున్నాయి.

గ్రహాలు తమచుట్టూ తాము తిరుగుచుండుటవల్ల గ్రహాలపై సగభాగం సూర్యకాంతి పడి పగలుగాను, వెనుకవైపు రాత్రిగాను ఉంటున్నాయి. ఈ ఏర్పాట్లన్నీ వాటంతట అవి ఏర్పడినవికావు. 'వశీ' నామక విశ్వాత్మయే వాటిని అట్టి నియమాలతో బంధించి తన వశంలో పెట్టుకున్నాడని ఈ మంత్రం స్పష్టంగా చెబుతున్నది. సృష్టికర్త, పాలకుడు ఒకడున్నాడని వేలకొలది మంత్రాలు చెబుతున్నాయి. ఇవన్నీ సహజంగా జరుగుచున్నట్లు కనబడుతున్నా, వాటిని ఆ విధంగా ఏర్పాటు చేసిన జ్ఞానంగల తత్త్వం ఒకటి ఉండాలి. ఆటోమేటిక్ వాచీ తనంత తాను పనిచేస్తున్నా – తిరుగుతున్నా దానిని నిర్మించిన వైజ్ఞానికుడు ఒకడుండాలి కదా ! కంప్యూటర్లు, రోబోలు వాటంతట అవి పనిచేస్తున్నా వాటిని కొందరు వైజ్ఞానికులు కలిసి నిర్మించారు కదా ! కొన్ని ఇనుప ముక్కలు వాటంతట అవి కలిపి ఆయా యంత్రాలుగా కాలేదు కదా ! అట్లే, సృష్టిని కొన్ని నియమాలతో బంధించిన, నిర్మించిన సర్వోన్నత విజ్ఞానవేత్తనే ఈ మంత్రం 'వశీ' నామంతో పేర్కొంటున్నది.

3. <u>సూర్యాచంద్రమసౌ ధాతా యథాపూర్వం అకల్పయత్ =</u> పూర్వకల్పంలో సూర్యచంద్రులను సృష్టించినట్లే ఈ కల్పంలోను సృష్టిలోనూ సృష్టించినాడు. ఇంతేకాక, వాటిని ధరిస్తున్నాడు. ఆ యా స్థానాలలో భ్రమణం చేయిస్తున్నాడు.

<u>దివం చ పృథివీం చ + అంతరిక్షమ్ + అథో స్వః =</u> సూర్యచంద్రులను సృష్టించినట్లే ద్యులోక పృథివీలోకాలను, వాటి మధ్య ఉండే అంతరిక్షాన్ని, అంతరిక్షంలో ఉండే ఉపగ్రహాలను సృజించి ధరించి నియమించి నడిపిస్తున్నాడు.

విశ్వసృష్టిని గురించి నేటి వైజ్ఞానికులు భిన్నభిన్న అభిప్రాయాలు (theories వాదాలను) కలిగియున్నారు. డా. యాబీలిమ్రేత్ పరిణామ వాదాన్నీ, హెర్మన్ బాండీ, థామస్ గోల్డ్ కలిసి యథాస్థితి వాదాన్ని, ఆర్.సి. టాల్మన్ పల్సేషన్ వాదాన్నీ Pulsation theory, జార్జిగామో అనంత విశ్వవాదాన్నీ మరికొంతమంది మరికొన్ని వాదాలను ప్రతిపాదించారు. వీటిలో ఆర్.సి. టాల్మన్ చెప్పిన విశ్వస్పందనవాదం ఈ అఘమర్షణ సూక్తానికి చాలావరకు సరిపోతుంది. ఆయన ఏమన్నారంటే -

విశ్వపదార్థమంతా 800 కోట్ల సంవత్సరాల కొకసారి దగ్గరగా వచ్చి ఒక పెద్దముద్దగా ఏర్పడుతుందనీ, అది కేంద్రిక వత్తిడికి గురియై ప్రేలిపోయి సూర్యకుటుంబాలు ఏర్పడతాయనీ అన్నారు. మన వేదశాస్త్రాలు 432 కోట్ల సంవత్సరాల కొకసారి సృష్టిఅంతా క్రమంగా పరమాణువులుగా విడిపోతుందనీ, అట్లే అది మరొక 432 కోట్ల సంవత్సరాలు ఉంటుందనీ దానినే ప్రళయ మంటారని చెబుతారు.

ఇదీ సంక్షిప్తంగా అఘమర్షణసూక్తం చెప్పే సృష్టిరచన. దీనిని అర్థభావనతో పఠించుటవలన సృష్టికర్తయొక్క శక్తిసామర్థ్యాలు మనకు అవగతమౌతాయి. అతనిపై శ్రద్ధాభక్తులు ఇనుమడిస్తాయి. అతడు సర్వవ్యాపకుడై అన్నిటిని ధరిస్తూ సర్వసాక్షియై మనంచేసే మనోవాక్కాయ కర్మలను చూస్తున్నాడు కనుక మనం పాపకార్యాలు చేయటానికి భయపడతాం. అతడు విధాత మరియు కర్మఫలదాతకూడా, కనుక పాపకార్యాలు చేయకుండా ఉంటాము. న్యాయాధీశుని ఎదుట చెడుకార్యాలు చేయలేము కదా ! అందుకని ఈ మంత్రాలకు అఘమర్షణ మంత్రాలనే పేరువచ్చింది.

మహర్షి దయానందులవారు సంకలనం చేసిన సంధ్యావందన విధిలో వీటిని చేర్చి, వాటికి సరియైన అర్థంవ్రాసి మనకు మహోపకారం చేశారు. వాటి తెలుగు అనువాదాలు ప్రచురింపబడ్డాయి. ఆ సంధ్యావందన విధి వైజ్ఞానికంగాను, హేతుబద్ధంగాను కూడా ఉంది. దానికి పూర్తివిధియొక్క వైజ్ఞానిక సమాలోచన నా రచన "సంధ్యావందనము - వైజ్ఞానిక సమాలోచనము"లో చూడగోరుచున్నాను.

వేదం త్రైతవాదాన్ని ప్రతిపాదిస్తుంది

లోకంలో వాదాలు చాల ఉన్నాయి. వాదాలంటే సంప్రదాయాలు. విదేశీ మతాలలో 2,3 సంప్రదాయాలే ఉన్నాయి కాని మన వేదమతంలో (హిందూ మతంలో) అనేక సంప్రదాయాలు ఉన్నాయి. ఎవరికి వారు మాది వేదప్రతిపాదితమే అంటారు. కొన్ని ఉపనిషత్తు వాక్యాలు చూపించి వాటికి వక్రంగా - తమకు అనుకూలంగా అర్థాలు చెప్పి వేరు వేరు సంప్రదాయాలు నెలకొల్పారు. కొందరు నవీన పురాణాలను పట్టుకొని మతాలను స్థాపించారు. ముందు శైవ సంప్రదాయం ప్రారంభమయ్యిందట. అనంతరం గాణాపత్యం, తాంత్రికం, చార్వాకం, అద్వైతం, విశిష్టాద్వైతం, ద్వైతాద్వైతం, మహాద్వైతం మొదలైన అనేక రకాల అద్వైతాలు పుట్టాయి. పూర్వం అడ్డబొట్టుకు, నిలువుబొట్టుకు వాదాలేకాక యుద్ధాలు కూడా జరిగాయట. ఈ మధ్య బ్రహ్మకుమారీలు, బాబాలు, అమ్మలు, స్వాములు చాలా వర్గాలనే తయారుచేస్తున్నారు. 'గురుర్బ్రహ్మ గురుర్విష్ణుః గురుర్దేవో మహేశ్వరః' అని ఉపదేశిస్తూ గురువులే దేవుళ్ళవుతున్నారు. లేదా దేవుని అవతారాలౌతున్నారు. ఇంతకీ దేవుళ్ళెంత మంది ఉంటారు ? సంప్రదాయానికి ఒక దేవుడు, వర్గానికి ఒక దేవుడు, మతానికొక దేవుడు ఉంటే పరస్పర రాగద్వేషాలు, ఆధిపత్య పోరాటాలు తప్పవుకదా !

పైన ప్రతిపాదించిన మతాలేవీ వేదమతాలుకావు. కొంత కొంత వ్యత్యాసంగానే ఉన్నాయి. అవన్నీ వారి కపోల కల్పితాలు, ఊహాగానాలు.

ఉదాహరణకు ఆదిశంకరాచార్యులవారు దశోపనిషత్తులను, భగవద్గీతను, బ్రహ్మసూత్రాలను ప్రామాణికంగా తీసుకొని అద్వైతవాదాన్ని ప్రతిపాదించారు. ఈ మూడింటికి 'ప్రస్థానత్రయ' మని పేరు పెట్టారు. వీటిలో ఒక్క ఈశోపనిషత్తు తప్ప మిగిలిన గ్రంథాలన్నీ వేదాలలో భాగంకాదు. వేదాలకు శ్రుతులు అని పేరు. అంటే సృష్టికర్త ఋషుల హృదయాలలో వినిపించినవి. ఆ నలుగురు ఆది ఋషులు, వారు విన్నది తమ బుద్ధులలో చక్కగా ధారణ చేసి వాటిని విన్నది విన్నట్టుగా శిష్యులకు నేర్పారు. ఆ విధంగా చాలాకాలం వరకు గురుశిష్యపరంపగా వేదాలు వింటూ వచ్చినవే కనుక వాటికి శ్రుతులనే పేరు స్థిరపడింది. ఇప్పటికిని వేదపాఠీయులు శిష్యులచే స్వరసహితంగా కంఠస్థం వినిపిస్తూనే ఉంటారు.

సృష్టికర్త సృష్ట్యాదిలో వేదఋషుల హృదయాలలో ప్రకటించబడిన వేదం ఏమంటుందంటే -

ఓం బాలాదేకమ్ + అణీయస్కం, ఉతైకం నేవ దృశ్యతే ।

తతః పరిష్వ జాయసీ దేవతా సా మమ ప్రియా ॥

- అథర్వ వేదం (10-8-25)

తాత్పర్యం : ఓ మానవులారా! ఈ సృష్టిలో వెంట్రుకమొనకన్నను సూక్ష్మమైన తత్త్వం ఒకటున్నది. (అది పరమాణువులు) అంతకన్నను సూక్ష్మతర తత్త్వం మరొకటున్నది. అది ఏ సూక్ష్మదర్శినికీ కనబడనిది (అది జీవుడు). ఈ రెండికన్నను సూక్ష్మతమ తత్త్వం వేరొకటున్నది. అది అన్నిటిని అన్నివైపులనుండి ఆలింగనం చేసుకొని అన్నిటిలోను ప్రవేశించియున్నది. (అది దేవుడు). ఆ సూక్ష్మతమ దేవతయే నాకు అత్యంత ప్రియమైనది.

The one (i.e. Atom) are even subtler than hair (the infinitesimal of hair); and one (i.e. souls) are invisible. But the subtlest and most pervading divinity is the only object of my love and devotion.

<u>వైజ్ఞానిక వివరణ</u> : మనం ఈ సృష్టిలోని పదార్థాలను విశ్లేషణ చేస్తే ఇదంతా అణువుల సంఘాతం - వివిధ మూలకాల సమ్మేళనం. ఆ యా అణువులలో ప్రోటాన్, ఎలక్ట్రాన్, న్యూట్రాన్ లనే పరమాణువులే వివిధ నిష్పత్తులలో ఉంటాయి. వాటినే మన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాలు, సత్త్వ రజః తమస్సులంటాయి. ఈ పరమాణువులకన్నను సూక్ష్మతర తత్త్వాలు మరికొన్ని ఉన్నాయి. వాటిని ఎంతటి బలమైన ఎలక్ట్రానిక్ మైక్రోస్కోపుతోను కూడా చూడలేము. అవే 'నేను, నేను' అని వ్యవహరించే జీవాత్మలు. ఇవియును అనేకం. ఈ రెండికన్నను 'సూక్ష్మతమ తత్త్వం' పరమాత్మ. అది జడమైన జ్ఞానంలేని పరమాణువులను, జ్ఞానంకల జీవాత్మలను కూడా అన్నివైపులనుండి ఆలింగనం చేసుకొని అన్నిటిలోనూ ప్రవేశించి, వ్యాపించి ఉన్నది. ఆ పరమాత్మ - విశ్వాత్మ సర్వవ్యాపకము, అఖండితము, సర్వజ్ఞము, సర్వశక్తిమంతము. ఆ దేవతయే - విశ్వాత్మయే మనకు ప్రియమైనది కావాలి. దానినే మనం ఉపాసించాలి, ప్రార్థించాలి.

అది మన శరీరాలలోను, మనస్సులోను, బుద్ధిలోను చివరకు జీవాత్మలమైన మనలోనుకూడా వ్యాపించి ఉన్నది. కనుక మనం అంతర్ముఖులమై ఉపాసించాలి. అదే మన మనో వాక్కాయలతో చేసే కర్మలకు అత్యంత న్యాయంగా ఫలాలనిస్తున్నది. కనుక, మనం పరమాత్మనే ప్రార్థించాలి.

మరొక చోట ఆ సూక్ష్మతమ తత్త్వమైన దేవుని గురించి మరికొంత వివరిస్తూ ఏమంటుందంటే -

1. **ఈశావాస్యమిదం సర్వం యత్కించ జగత్యాం జగత్** - యజుర్వేదం (40-1)

సూక్ష్మతమతత్త్వమై అన్నిటిలో వ్యాపించి నడిపిస్తున్న ఈశుడు నియామక శక్తి ఈ జగత్తులో ఏకించిత్ కలదో - అణుపరమాణువులలో కలదో అదే తత్త్వం విశ్వమంతటా వ్యాపించి గ్రహగోళాలన్నిటిని నియమించి నడిపిస్తున్నది. దాని గుణాలను, శక్తి సామర్థ్యాలను వివరిస్తూ మరొక మంత్ర మేమంటున్నదంటే -

2. **స పర్యగాత్+శుక్రమ్+అకాయమ్+అవ్రణమ్+అస్నావిరం**
శుద్ధమ్ అ పాపవిద్ధమ్, కవిర్ మనీషీ పరిభూః స్వయంభూర్
యథాతథ్యతః+అర్థాన్ వ్యదధాత్+శాశ్వతీభ్యః సమాభ్యః ॥ - యజుర్వేదం (40-8)

<u>తాత్పర్యం :</u> ఆ దేవతత్త్వం అంతటా, అన్నిటా వ్యాపించి యున్నది. అది సర్వశక్తిమంతము, స్థూల సూక్ష్మ కారణ శరీరాలేవీ లేనిది. వ్రణాలు ఛిద్రాలు లేనిది. నాడీ బంధనాలు లేనిది - ఏ శరీరాలను దాల్చదు. పాపపుణ్యాలతో బంధింపబడదు. అది కవి - వేదరచయిత, సర్వుల మనస్సులను ఎరుగగలదు. ఎంతటి దుష్టులనైన దండించగలదు. అది స్వయంగా ఉన్నది - దాని ఉనికికి మరొక కారణం లేదు. అట్టి దేవతత్త్వమే ఈ సృష్టిని యథాతథంగా - ఎట్లుండవలెనో అట్లు సృజించినది. ఈ సృష్టి ఎందుకనగా తనతో సమానంగా అనాదిగా ఉంటున్న అల్పజ్ఞ జీవులకొరకే. తాను అనుభవించుట కొరకు కాదు.

3. **ద్వా సుపర్ణా సయుజా సఖాయా సమానం వృక్షం పరిషస్వజాతే ।**
తయోరన్యః పిప్పలం స్వాద్వత్తి అనశ్నన్ అన్యో అభిచాకశీతి ॥

- ఋగ్వేదం (1-164-20)

తాత్పర్యం : పై ఋగ్వేదమంత్రం సృష్టిని అలంకారికంగా ఒక వృక్షంగా పేర్కొం జీవదేవుళ్ళను రెండు పక్షులుగా కల్పన చేస్తూ, అందులో ఒక పక్షి వృక్షఫలా తింటున్నదనీ మరొకటి తాను తినకుండా తింటున్న పక్షిని, వృక్షాన్ని జాగ్ర గమనిస్తున్నదనీ వర్ణిస్తున్నది.

ఇటువంటి వేదమంత్రాలు చాలా ఉన్నాయి. కనుక దేవ, జీవ, ప్రకృతు మూడునూ వేరువేరుగా అనాదిగా అనంతకాలంవరకు ఉంటూనే ఉంటా "బ్రహ్మసత్యం జగన్మిథ్య, జీవో బ్రహ్మైవ నాపరః' అనే మాటలు వేదసమ్మతం కా ప్రస్థానత్రయం పుస్తకాలు అనేక అద్వైతాలను బోధిస్తాయా ? ఆలోచించండి. వా ఆర్యవిద్వాంసులు వ్రాసిన భాష్యాలను చూడండి. వాటిని వేదాలకు అన్వయిం వ్యాకరణయుక్తంగా వారు వ్రాశారు. అందుకనే ముందు వేదాంగ ఉపాంగాల అధ్యయనం చేసి, అనంతరమే వేదాలను, ఋషులు వ్రాసిన గ్రంథాలను చదువాల భాష్యాలు, వ్యాఖ్యానాలు చెయ్యాలని విజ్ఞులంటారు. లేకుంటే చాలా పొరపా వస్తాయి. జగత్ప్రసిద్ధమైన భగవద్గీత వేదోక్త త్రైతవాదాన్ని ఎంత చక్కగా ప్రతిపాదిస్తున్న ఈ క్రింది శ్లోకాలను చూడండి –

శ్లో॥ ద్వావిమౌ పురుషౌ లోకే క్షరాశ్చక్షర ఏవ చ ।
క్షరః సర్వాణి భూతాని, కుటస్థోఽ క్షర ఉచ్యతే ॥

శ్లో॥ ఉత్తమః పురుషస్త్వన్యః పరమాత్మే త్యుదాహృతః ।
యో లోకత్రయ మావిశ్య భిభర్త్యవ్యయ ఈశ్వరః ॥

– భగవద్గీత (15-16, 17)

ఈ శ్లోకాలలో దేవ జీవ ప్రకృతులను పురుషులుగా పేర్కొంటూ లోకంలో (సృష్టిలో) ఇద్దరు పురుషులున్నారు. అందులో ఒకటి నశించేది, రెండవది నశించనిది. సర్వభూతాలు (పంచ భూతాలు) వాటితో ఏర్పడిన పదార్థాలు నశించే గుణం కలవి అంటే – మార్పు చెందుతూ చివరకు నశించి పోతాయి. ఇచ్చట నాశనమంటే 'కారణలయః' – తన మూలకారణంలో (మూల పదార్థంలో) లయించి పోవటం. ప్రాకృతిక పదార్థాలన్నీ మూల ప్రకృతి నుండి పుట్టాయి కనుక మరల మూల ప్రకృతిగా (అవ్యక్తంగా) మారిపోతాయి. అప్పుడు దానిని ప్రలయం అంటారు.

432 కోట్ల సంవత్సరాలు అట్లే ఉండి, మరల సృష్టిగా మారతాయి. అంటే – దేవుడు, ఆ జడపదార్థాన్ని ఒకప్పుడు సృష్టిగాను తదుపరి ప్రలయంగాను మారుస్తూ ఉంటాడన్న మాట. రెండవ పురుషుడైన కూటస్థుడు – దేహేంద్రియ కూటమిలో ఉన్న జీవుడు అక్షరుడు. మార్పు చెందనివాడు.

వీరిద్దరేకాక మరొక పురుషుడున్నాడు. అతడిని పరమాత్మగా వేద శాస్త్రాలలో పేర్కొన బడినది. అది త్రిలోకాలను (భూ, అంతరిక్ష ద్యులోకాలోను) ఆవహించి వ్యాపించి ఉన్నది. అది అవ్యయము. మార్పు చెందనిది. అంతేకాక అది ఈశ్వరుడు - అన్నిటికి (జీవప్రకృతులకు) స్వామి (Lord or Master).

ఈ భగవద్గీత శ్లోకాలు దేవ జీవ ప్రకృతులను పురుషులంటాన్నాయి అంటే మగవారనికాదు. 'పురుష' పదమునకు బ్రహ్మాండ పురమంతా శయనించి – ఆక్రమించి ఉన్నాడు కనుక దేవుడు ఉత్తమ పురుషుడు. జీవుడు అణుపరిమాణుడే అయినా అతని శక్తి దేహపురమంతా శయనించి వ్యాపించి ఉంటుంది కనుక మధ్యమ పురుషుడు. ప్రకృతి సృష్టి అంతా శయనించి ఉంటుంది. విస్తరించి ఉంటుంది. అది జ్ఞానం లేని జడపదార్థం. కనుక అది సామాన్య పురుషుడని పై శ్లోకాలలో పేర్కొనబడ్డాయి. ఈ మూడుతత్త్వాలు సృష్టిలోనేకాక మనశరీరాలోను స్పష్టంగా అనుభవగోచరమౌతాయి. అది వైజ్ఞానికంగా కూడా ఉంటుంది.

మన శరీర నిర్మాణం కూడా త్రైతసిద్ధాంతానికి అనుగుణంగా ఉన్నది. దానినే ప్రతిపాదిస్తున్నది.



స్తుతి ప్రార్థన ఉపాసన

1. స్తుతి

"అగ్ని మీళే పురోహితమ్, యజ్ఞస్య దేవమృత్విజమ్, హోతారం రత్నధాతమమ్"

ముందుగా అందరికి మేలు చేసే

పురోహితుడైన అగ్ని నామక దేవుని స్తుతించాలి

'అగ్ని మీళే పురోహితమ్' అనే వాక్యంతో ఋగ్వేదం ప్రారంభమౌతుంది. "ఋక్, యజు, సామ, అథర్వ" అనే పేర్లతో వేదాలు నాలుగు. వాటిలో ఋగ్వేదం మొదటిది. ఋగ్వేదమే అన్నిటికన్న పెద్దది. అది 10,589 మంత్రాలు కలిగి చాలా విశాలంగా ఉంటుంది. దీనిలోని మంత్రాలన్నీ ఛందోబద్ధంగా ఉంటాయి. గాయత్రీ, ఉష్ణిక్, అనుష్టుప్, బృహతీ, పంక్తీ, త్రిష్టుప్, జగతీ అనే పేర్లతో వేదాలలో సప్త ఛందస్సులుంటాయి. వీటిలో గాయత్రీ ఛందస్సే మొదటిది. పాదానికి 8 అక్షరాలుగా 3 పాదాలను కలిగి ఉంటుంది. ఋగ్వేదంలోని మొదటి మంత్రం గాయత్రీ ఛందస్సులోనే ఉంది. ఆ మొదటి మంత్రంలోని మొదటి వాక్యం ఏమి చెబుతున్నదంటే - ముందుగా మీరు పురోహితుడైన అగ్నిని స్తుతించండి అంటున్నది.

అగ్ని పదం వినగానే మన మదిలో భౌతికాగ్ని - లోకంలో చూచే అగ్ని మెదలుతుంది. కాని, ఇచట ఆ పదం పరమేశ్వరునికి వర్తిస్తుంది. వేదాలలోని పదములన్నీ యౌగికములని వేదవిదులంటారు. అంటే - ఆ పదం ఏ మూలసంస్కృతధాతువుతో నిర్మించబడిందో ఆ ధాత్వర్థం పదంలో కూడా భాసిస్తుందంటారు. అగ్ని పదం 'అఞ్చు - గతి పూజనయోః' అనే ధాతువుకు 'ని' ప్రత్యయం చేర్చగా ఏర్పడుతుంది. కనుక, 'అగ్ని' అంటే గతి కలిగినది, పూజించతగినది అని అర్థం. పరమేశ్వరునిలో అనంతమైన జ్ఞానపూర్వక గతి ఉంటుంది. దానితోనే అతడు సృష్టి స్థితి ప్రళయాలను చేస్తాడు. జీవులు చేసే కర్మలకు న్యాయంగా ఫలాలనిస్తాడు. పరమేశ్వరుడు అన్నిటికన్న గొప్పవాడు కనుక అతడు పూజించ తగినవాడు, సత్కరించ తగినవాడు. అందుచే మనం ముందుగా పరమేశ్వరాగ్నిని స్తుతించాలి. ప్రాచీన ఋషులంతా ఈ విధంగానే యౌగికార్థాన్ని ప్రకరణానుగుణంగా

ఆలోచించారు. యాజ్ఞవల్క్య మహర్షి తన శతపథ బ్రాహ్మణంలో 'అగ్నిరేవ బ్రహ్మ (10-4-1-5) ఆత్మా వా అగ్నిః (1-2-3-2) అయం వా అగ్నిః ప్రజాపతిశ్చ' (9-1-2-42) అన్నారు.

మహర్షి దయానంద సరస్వతి గారు తమ వేదభాష్యంలో ముఖ్యంగా 'ఇన్ద్రం మిత్రం వరుణమగ్నిమాహురథో దివ్యః స సుపర్ణో గరుత్మాన్। ఏకం సద్విప్రా బహుధా వదన్త్యగ్నిం యమం..... (ఋగ్వేదము 1-164-46) మరియు తదేవాగ్ని స్తదాదిత్య స్తద్వాయు స్తదు చంద్రమా (యజుర్వేదం. 32-1) మంత్రాలకు భాష్యం వ్రాస్తూ అగ్ని పదం పరమేశ్వరునకు వర్తిస్తుందనటానికి అనేక ప్రమాణాలు చూపించారు. బ్రాహ్మణ ఆరణ్యక నిరుక్త ఉపనిషదాదు లందును పరమేశ్వరుని 'అగ్ని' పదంతో పేర్కొనటం కనబడుతుంది. నాలుగు వేదాలలోనూ పరమేశ్వరుని అగ్ని నామంతో పేర్కొన్న సందర్భాలు వందలకొలది ఉన్నాయి.

వైదిక వ్యాకరణ జ్ఞానశూన్యులైన కొందరు పాశ్చాత్య విద్వాంసులు ఆదిమ భారతీయులు అజ్ఞానంతో భౌతికాగ్నిని దేవునిగా భావించి స్తుతి ప్రార్థనలు చేశారని వ్రాశారు. వేదాలు అనాగరిక ఆటవికులు అజ్ఞానంతో పాడుకున్న పాటలేనని కూడా వ్రాశారు. మహర్షి దయానందులు వచ్చేవరకు వారి అజ్ఞాన, అహేతుక మాటలు చెల్లిపోయాయి. మహర్షి చేసిన సింహగర్జనతో వారు తమ తప్పిదాన్ని సరిదిద్దుకోక తప్పలేదు. దయానంద మహర్షి వ్రాసిన వేదభాష్యం చూచిన తరువాత ప్రొ. విల్సన్, ప్రొ. బ్లూంఫీల్డ్, ప్రొ. హెరేన్, ప్రొ. మాక్స్‌మూలర్ మొదలైన సంస్కృత పండితులు కొందరు వేదాల వైశిష్ట్యాన్ని కొంత గ్రహించారు. ప్రొ. మాక్స్‌మూలర్ తమ తదుపరి రచనలలో వేదాల గురించి మంచి అభిప్రాయాలే వెలిబుచ్చారు. వేదాలు చెప్పే ఏకేశ్వరవాదాన్నీ, పరమేశ్వరుని సర్వవ్యాపకత్వాన్ని అంగీకరించారు. వేదాలే ప్రపంచ సాహిత్యంలో ఆదిమ గ్రంథాలని – Rigveda is the oldest book in the universal library - అని అన్నారు. ఇంతేగాక, ఋగ్వేదం జ్ఞాన విజ్ఞాన భండారమని 'విజ్ఞానము మరియు మతము' అనే గ్రంథాలో వ్రాశారు. వారేమని వ్రాశారంటే–

If there is a God who has created heaven and earth, it will be unjust on His part if He deprived millions of Souls before Moses. Of His divine knowledge. Reason and comparative study of religion declare that

God gave His divine knowledge to mankind from his first appearance on earth.

The great seers of India had firm belief that Vedas are the only divine revelation which God gave to mankind for its welfare at the time of creation. Western scholars also admit that Vedas are the oldest books in the library of the world.

The Vedas are an encyclopedia dealing with every aspect of life and culture, religion, mysticism, sciences, metaphysics, cosmology, sociology etc. The light which they emanate still enlighten us. All the mantras of the vedas are not abstruse and difficult to understand. Some of them are so simple and easy to understand that persons with very little knowledge of sanskrit can understand their meanings and significance without any difficulty.

అంటే ఒకవేళ దేవుడు ఉండి ఈ భూలోక ద్యులోకాలను నిర్మించినట్లయితే, మూసాకన్న పూర్వం జన్మించిన మిలియన్ల కొలది మానవులకు తన దివ్యజ్ఞానాన్ని ఇవ్వకుంటే అన్యాయం చేసినట్లే అవుతుంది. తర్కంతోను, వివిధ మతాల అభిప్రాయాలతోను సరిపోల్చి చూచినట్లయితే పరమేశ్వరుడు తన దివ్యజ్ఞానాన్ని (ఉపదేశాలను) ఈ భూమిపై మానవజాతి ఆవిర్భవించినపుడే యిచ్చి ఉండాలి.

భారతీయ ఋషుల గట్టినమ్మకమేమంటే ఆదిమానవసృష్టి జరిగినపుడే పరమేశ్వరుడు తన దివ్యజ్ఞానాన్ని మానవులకిచ్చాడని. ప్రపంచ గ్రంథాలయంలో వేదాలే ప్రాచీనతమ గ్రంథాలని పాశ్చాత్యులుకూడా అంగీకరిస్తారు.

వేదాలు బృహత్ విశ్వకోశాలు. వాటిలో మానవుల కవసరమైన జీవన విధానము, సంస్కృతీ సభ్యతలు చెప్పబడ్డాయి. ధర్మము, ధ్యాన యోగసాధనలు, వివిధ విజ్ఞాన విషయాలు, భౌతిక నియమాలు, గ్రహ నక్షత్రాదుల విజ్ఞానం, సామాజిక నియమాలు మొదలైన విషయాలెన్నో ఉపదేశింపబడ్డాయి. ఆ విజ్ఞాన ప్రకాశం నేటికీ మనకు మార్గదర్శనం చేస్తున్నది. వేదాలలోని మంత్రాలన్నీ నిగూఢమైనవి, అర్థంచేసుకోలేనివి కావు. కొన్ని మంత్రాలు ఎంత సరళంగా సుబోధకరంగా ఉంటాయంటే ఏ కొద్దిపాటి సంస్కృతజ్ఞానం కలిగినవారైనా తేలికగా చదివి అర్థం చేసుకోగలిగేవిగా ఉంటాయి, అని వ్రాశారు.

అట్టి ప్రపంచ ఆదిమ గ్రంథమైన వేదం అగ్ని పదంతో ప్రారంభమౌతుంది. భాషా శాస్త్రాన్నిబట్టి చూచినా **'అ'** అక్షరమే ప్రారంభ అక్షరం. భౌతికాగ్నిలో దోషాలను దహించటం, ప్రకాశాన్నివ్వటం అనే రెండు ముఖ్య గుణాలుంటాయి. అదే పరమేశ్వరాగ్నికి మనలోని దుర్గుణాలను దుర్భావాలను దహించగల శక్తి ఉంది. ఇంతేగాక, అది జ్ఞానప్రకాశాన్నిచ్చి ధర్మమార్గం చూపించగలదు. మనలోని అవిద్యా అజ్ఞానాలను నాశనంచేసి ఆత్మపరమాత్మల సాక్షాత్కారం కలిగించగలదు. సమస్త దుఃఖాలనుండి విముక్తులను చేసి తృతీయధామానికి – ముక్తిధామానికి చేర్చగలదు. కనుక మనం సదా పరమేశ్వరాగ్నిని మనలోనికి ఆహ్వానించాలి. అందుచేతనే వేదం 'ప్రాతరగ్నిం ప్రాతరింద్రం హవామహే' (ఋ.7-41-1) అంటూ ఉదయం నిద్ర లేవమంటుంది. మరల నిద్రించేవరకు మనో వాక్కాయాలతో చేసే ప్రతీ కర్మను జ్ఞానప్రకాశంలో చేయుమంటుంది.

'పురోహితమ్' పదం అగ్ని పదానికి విశేషణంగా ఉంది. అది పురోహితునిగా ఉంటుంది. పురోహిత పదం వినగానే మనకు సామాన్యంగా గుడులలో పూజలుచేసే పూజారులు గుర్తుకు వస్తారు. కాని, పురోహిత పదానికి యౌగికార్థం వేరుగా ఉంటుంది. పురః ముందుగానే మనం కోరకుండగనే మన హితాన్ని కోరేవాడిని పురోహితులంటారు. అట్టివారిలో పరమేశ్వరుడే మొదటివాడు. అతడే జీవులందరి మేలు కొరకు ఈ సృష్టినిచేశాడు. అట్టి సర్వహితకారియైన అగ్ని నామక పరమేశ్వరుని ముందుగా స్తుతించుమని ఈ వాక్యం చెబుతుంది.

ఈ మంత్ర పూర్తి పాఠం ఈ విధంగా ఉంటుంది–

ఓం **అగ్నిమీళే పురోహితమ్, యజ్ఞస్యదేవమృత్విజమ్,**
హోతారం రత్నధాతమమ్॥ – ఋగ్వేదం (1-1-1)

మంత్రంలోని రెండు మూడు పాదములలోగల పదములన్నీ పరమేశ్వరాగ్నికి విశేషణాలే. వాటిని గురించికూడా సంక్షిప్తంగా తెలిసికొందాము.

యజ్ఞస్య దేవమ్ = సృష్టి స్థితి ప్రలయరూప మహద్యజ్ఞాన్ని చేస్తుంటాడు కనుక అతడు యజ్ఞస్యదేవుడు – యజ్ఞదేవుడు.

ఋత్విజమ్ = ప్రాణుల హితంకొరకు ఋతుక్రమాన్ని ఏర్పరచిన ఋతుకర్త.

హోతారమ్= జీవులుచేయు శుభాశుభ కర్మలకు తగిన ఫలాల నిస్తుంటాడు కనుక దేవునికి 'హోతా' అనిపేరు.

రత్నధాతమమ్= అనేకానేక దివ్యగుణాలను, దివ్యపదార్థాలను రత్నాలవలె ధరిస్తాడు కనుక అతడు రత్నధాత - రత్నధారి.

ఇట్టి సద్గుణయుక్తుడైన అగ్నినామక పరమేశ్వరుని స్తుతించమని ఈ మంత్ర భావం. పరమేశ్వరుని స్తుతించటంవల్ల అతని గుణకర్మ స్వభావాల జ్ఞానం మనకు కలుగుతుంది. దేవుని స్నేహం కోరేవారు అతని గుణాలను వరించక తప్పదు. ఆ గుణాలను మనలోనికి తెచ్చుకొనక తప్పదు, అది స్నేహసూత్రం. తద్వారా భక్తుడు భగవంతునికి సన్నిహితుడౌతాడు. అతని జ్ఞానాన్ని, ఆనందాన్ని పొంది కృతార్థుడౌతాడు. అదే స్తుతి వల్ల కలిగే లాభం.

౨. ప్రార్థన

ఓం విశ్వాని దేవ సవితుర్ దురితాని పరాసువ ।
యద్ భద్రం తన్న ఆ సువ॥ - యజుర్వేదం (30-3)

అంతర్యామివైన ఓ ప్రేరక పరమేశ్వర! మాలోని సమస్త దురితాలను-దురాలోచనలను, దుశ్చర్యలను దూరం చేసి ఏవి మాకు భద్రములో-మేలు చేయునో వాటిని మాకు ప్రసాదింపుము.

ఆస్తికులంతా దేవుణ్ని ప్రార్థిసారు. ఆర్తులు ఆరోగ్యంకోరకు ప్రార్థిస్తే, లేనివారు కలిమి కొరకు ప్రార్థిస్తారు, విద్యార్థులు ఉత్తీర్ణతకొరకు ప్రార్థిస్తే, వీరులు విజయం కొరకు ప్రార్థిస్తారు. జీవనయాత్రలో ఎన్నెన్నో అక్కరలు అవసరాలు. ఒక అవసరం తీరితే మరొక అవసరం తయారౌతుంది. ఎట్లో అవసరాలు పూర్తయినా, కోరికలకు అంతుండదు. ఎప్పుడూ దేనికో ఒకదానికి ప్రార్థిస్తూనే ఉంటారు.

పరిశీలించి చూస్తే ప్రాపంచిక సుఖాలలో తృప్తి కనబడదు. మరికాస్త రుచిగా తినాలనీ, మరికాస్త అందమైన దృశ్యాలు చూడాలనీ, మరికాస్త వీనులవిందైన

సంగీతాన్ని వినాలనీ, మరికొంత స్పర్శసుఖాన్ని పొందాలనీ మనిషి వాంఛిస్తాడు. అందుకొరకే ప్రార్థిస్తాడు, ప్రయత్నిస్తాడు. కొందరికి అవి లభిస్తాయి కొందరికి అవి దూరంగానే ఉంటాయి. కొన్ని కోరికలు నెరవేరి ఆనందాన్ని కలిగిస్తే, కొన్ని కోరికలు భస్మాసుర కోరికలై బాధించిన సందర్భాలు కూడా ఉంటాయి.

ఇక భక్తుల ప్రార్థనలు చూస్తే చిత్ర విచిత్రంగా ఉంటాయి. ప్రార్థించిన దాని కొరకు తగిన ప్రయత్నం చేయాలనికూడా కొందరికి తెలియదు. దేవుడు ప్రార్థనలకు ఫలాల నిస్తున్నాడా? లేక కర్మలకు ఫలితాల నిస్తున్నాడా? అనే విషయం ఆలోచించరు. ప్రార్థన అంటే ఏమిటి? ఎప్పుడు ప్రార్థించాలి? దేనికొరకు ప్రార్థించాలి? అనే విషయాలు తెలుసుకోవటం చాలా అవసరం.

'ప్ర' అనే ఉపసర్గ ప్రకృష్టతను, విశిష్టతను, ఉత్కంఠతను తెలుపుతుంది. దానితో 'అర్థన' అనే పదం చేరటంతో 'ప్రార్థన' పదం ఏర్పడుతుంది. అర్థన అంటే అర్థించటం – అడగటం. ఆ అడగటంలో ఉత్కంఠత ఉన్నపుడే అది ప్రార్థన అవుతుంది. కనుకనే పెద్దలేమంటారంటే – 'ముందు పూర్ణ పురుషార్థం చేయు, లభించకుంటే ప్రార్థన చేయు' అంటారు. ప్రాపంచిక సంపదలన్నీ పురుషార్థంతోనే పొందబడతాయి. పురుషార్థపరునకే ప్రజలు, పరమేశ్వరుడు సహకరిస్తాడు.

లోకంలో దొరకనివి కొన్ని ఉన్నాయి. వాటి కొరకు ప్రయత్నిస్తూ ప్రార్థించక తప్పదు. తేజస్సు, ఓజస్సు, బలము, వీర్యము, మన్యువు, (దుష్టతను ఎదిరించగల శక్తిసామర్థ్యాలు) సహనము, సద్బుద్ధి, ఇంద్రియనిగ్రహము, స్ఫూర్తి, ధైర్యము, స్థైర్యము మొదలైన గుణాలు బజారులో దొరికేవికావు. అవి దుకాణాలలో నామమాత్రంగా కూడా దొరకవు. కాని, భగవంతునిలో అవి అనంతంగా ఉన్నాయి. వాటి కొరకు భగవంతుని అర్థించటం ప్రార్థించటం అవసరమే. అప్పుడునూ పూర్ణపురుషార్థం చేస్తూనే అర్థించాలి. అంటే, ఆ గుణాలను ప్రయత్నపూర్వకంగా మనలోనికి తెచ్చుకుంటూ ప్రార్థించాలి. లేకుంటే ఫలితాలు రావు. ఇది ప్రకృతి నియమం. **'కృషిమిత్ కృషస్వ'** అంటుంది పరమేశ్వరోపదేశమైన వేదం. అంటే–వ్యవసాయదారుడు కష్టించి – కృషి చేస్తూ సకాల వర్షాలకు, ఉత్పాతాల నివారణకు పరమేశ్వరుని సహకారాన్ని అర్థించినట్లు సద్గుణాలకొరకు కృషిచేస్తూ ప్రార్థించాలి.

దేనిని గురించి మనం ప్రార్థిస్తున్నామో దానిని గురించిన సరియైన జ్ఞానం కలిగి ఉండటంకూడా అవసరమే. నేడు భక్తి చాలా వరకు మూఢ భక్తిగానే ఉంటున్నది. స్వర్గం అంటే ఏమిటో, ముక్తి అంటే ఏమిటో తెలియకుండానే స్వర్గ ప్రాప్తిని, ముక్తిని కోరుకుంటారు. స్వర్గం అంటే కేవలం సుఖ భోగాలే ఉండే ప్రత్యేకలోకమనీ, స్వేచ్ఛగా అన్ని భోగాలను విరామంలేకుండా అనుభవించవచ్చునీ వారి భావన. సుఖభోగాల శాతం ఎక్కువగా లభించే మానవ జన్మనే స్వర్గమంటారనీ, దానిని పొందటానికి పరోపకారాది పుణ్యకర్మల నెక్కువగా చెయ్యాలనీ వారికి తెలియదు.

ముక్తి విషయంలోకూడా భక్తులకు సరియైన అవగాహన లేదు నిష్కల్మషంగా నిస్వార్థంగా ప్రార్థించే భక్తులు లేకపోలేదు. అట్టివారు సామాన్యంగా ముక్తిని కోరుకుంటారు. కాని, ముక్తి అంటే ఏమిటో సరిగా అర్థం చేసుకున్నవారు చాలా అరుదు. శైవులు (శివ భక్తులు) కైలాస ప్రాప్తినీ, శివ సాన్నిధ్యాన్ని కోరుకుంటే, వైష్ణవులు (విష్ణువును, అతని అవతారాలను కొలిచే భక్తులు) వైకుంఠ ప్రాప్తిని, విష్ణుసాయుజ్యాన్ని కోరుకుంటారు. ఇట్లే వివిధ సాంప్రదాయలవారు వారుపాసించే దేవతల సాన్నిధ్యమే ముక్తి అనుకుంటారు. కాని, వారికి ఆ కైలాస వైకుంఠాదు లెక్కడంటాయో, శివ విష్ణువు లెవరో తెలియదనే చెప్పాలి. తెలిసినా పురాణాల ద్వారా చదివినవి విన్నవి, నాటక సినిమాల ద్వారా చూచిన భావాలే వారి మదిలో నెలకొని ఉంటాయి. క్రైస్తవ మహ్మదీయుల పరిస్థితియును ఇంతే. క్రైస్తవులు మహ్మదీయులు ఏడవ ఆకాశంలో అల్లాదేవుని వద్దకు చేరుకోవడాన్ని ముక్తి అనుకుంటారు.

కాని, పై వేవీ ముక్తి స్థానాలు కావు. అటువంటి లోకాలేమి ఉండవు. పరమేశ్వరుడు సర్వవ్యాపకుడు. ఎక్కడనో ఒక లోకంలో ఉండి మిగతా లోకాలను పాలించేవాడు కాదు. ముక్తి అంటే సమస్త దుఃఖాల నుండి విముక్తి. ఆధ్యాత్మిక ఆధిభౌతిక, ఆదిదైవిక దుఃఖాలను మూడు వర్గాలుగా విభజించారు. జన్మించిన ప్రతీ వ్యక్తికి కొద్దిగానే గొప్పగానో ఈ మూడు రకాల దుఃఖాలు ఉంటాయి. జనన జరా వ్యాధి మరణ దుఃఖాలు జన్మించిన వానికి తప్పవు. వీటన్నిటి నుండి విముక్తి పొందాలంటే జన్మరాకుండానే చేసుకోవాలి. జన్మరాహిత్యమే ముక్తి. ఆ స్థితిలో జీవుడు

పరమేశ్వరుని నుండి దివ్యమైన ఆనందాన్ని పొందుతూ ఏ బంధనము, ఏ అడ్డూ లేకుండా స్వేచ్ఛగా విహరిస్తాడు. ఆ స్థితిని పొందాలంటే తీవ్రమైన అభ్యాస వైరాగ్యాలు కావాలి. అందుకు పతంజలి మహర్షి సూచించిన అష్టాంగ యోగమార్గం ఎక్కువ అనుకూలంగా ఉంటుంది. దాని నభ్యసించకుండానే కేవలం 'ముక్తి నిమ్మని' ప్రార్థించినంత మాత్రాన దేవుడు ముక్తి నివ్వడు. సాధన అనే కర్మకు పరమేశ్వరుడిచ్చే ఫలమే ముక్తి.

ఈ మధ్య 'ప్రార్థనలతో రోగాలను పోగొడతామనే' ప్రచారం విరివిగా సాగుతున్నది. మా దేవుడు చాలా దయగలవాడు. మా దేవున్ని నమ్ముకుని రోజూ ప్రార్థన చేసుకుంటే చాలు, కష్టమైన రోగాలుకూడా తేలికగా నయమైపోతా యంటున్నారు. అందుకు నిదర్శనంగా కొన్ని క్లినికల్ రిపోర్ట్సు చూపించి మా దేవున్ని నమ్ముకున్న తరువాతనే రోగాలు ఉపశమించాయని కూడా ప్రచారం చేస్తున్నారు.

ఇదొకరకమైన హిప్నాటిజమ్. హిప్నాటిజమ్ వల్ల మనస్సులోని వత్తిడి తగ్గుతుంది. ఆటో సజషన్స్ వల్ల (సకారాత్మక భావనలవల్ల అంటే – 'నా రోగం పోతున్నది. నేను ఆరోగ్యావంతుడనౌతున్నాను' అనే బలమైన సంకల్పాలవల్ల వైటల్ ఫోర్సు (ప్రాణశక్తి) బలపడుతుంది. తద్వారా రోగం ఉపశమిస్తుంది. నయమౌతుంది కూడా. దీనిని అన్నిరకాల వైద్యాలు అంగీకరిస్తాయి. అనుసరించ మంటాయి. అయితే, దీనిని మతప్రచారకులు తమ స్వలాభం కొరకు వాడుకుంటున్నారు. ఏ దేవున్ని నమ్మి ఇటువంటి సకారాత్మక భావనలను (పాజటివ్ సంకల్పాలను) తెచ్చుకున్నా సత్ఫలితాలుంటాయి. మా మతం చెప్పే దేవునివల్లే ఇది జరుగుతున్నదని ప్రచారంచెయ్యటం మోసం.

మహర్షి దయానంద సరస్వతి గారు తమ 'సత్యార్థ ప్రకాశం' గ్రంథంలో ప్రార్థనను గురించి చాలా విషయాలు చెప్పారు. ఉదాహరణకు వేదాలలోని కొన్ని ప్రార్థనా మంత్రాలను వ్రాసి, వాటి తాత్పర్యాన్ని వ్రాయటమేకాక ప్రార్థనలోని మౌళిక విషయాలను వివరించి చెప్పారు. మనలోని చెడుగులను దూరంచేసుకుంటూ మంచిని పెంచుకొనుటకే ప్రార్థించాలి కాని ఇతరుల నాశనం కొరకు కాదన్నారు. సృష్టిలో ప్రతీ ప్రాణీ తన సుఖం కొరకు సదా యత్నిస్తూనే ఉంటుంది. అట్లే మనుష్యులు

సుఖంకొరకు, ఉన్నతికొరకు సదా యత్నశీలురు కావాలన్నారు. "హే పరమేశ్వర! నీవు నా శత్రువులను నాశనము చేయుము. అందరికన్న నన్ను గొప్పవానిని చేయుము. నాకే కీర్తి ప్రతిష్ఠలు చేకూర్చుము. అందురూ నా ఆధీనంలో ఉండేటట్లు చేయుము". అని చేసే ప్రార్థనలు మంచివి కావన్నారు. ఎందుచేతనంటే - ఇద్దరు పరస్పర శత్రువులు విజయం కొరకు ప్రార్థన చేస్తే పరమేశ్వరుడు ఎవరి ప్రార్థనను మన్నించాలి? నెరవేర్చాలి? ఇద్దరి ప్రార్థనను మన్నిస్తే యిద్దరూ చస్తారు కదా! ఒకరి ప్రార్థననే మన్నిస్తే దేవుడు పక్షపాతి అవుతాడు కదా!-అన్నారు. ఎంతటి సమర్థత గలవాడైనా తనలో దురహంకార దురభిమానాలు ఏర్పడకుండా, నాస్తికత చోటు చేసుకోకుండా నిత్యం పరమేశ్వరుని ప్రార్థన చేసుకోవటం అవసరమన్నారు.

సామాన్యంగా సమర్థతగల మానవుడు కొన్ని కార్యాలను సాధించగలుగుతాడు. దానితో అతనిలో అహంకార అభిమానాలు ఏర్పడతాయి. క్రమంగా "నేను అంతటివాడను, ఇంతటివాడను, నేను లేకుంటే ఈ పని జరిగేది కాదు. నా వంటి సమర్థుడు మరొకడు లేడు" అనే భావాలు బలపడతాయి. దానితో గర్వం దర్పం అహంకారము పెరిగి దురభిమాన మేర్పడుతుంది. అది క్రమంగా పతనానికి కారణమౌతుంది. ఆ స్థితి రాకుండుటకే మనం పురుషార్థంతోబాటు ప్రార్థన చేసుకుంటూ ఉండాలి. ఇంతేగాక, పరమేశ్వరుడు నిర్మించి యిచ్చిన శరీర మనోబుద్ధులతోనే కదా మనం కొన్ని పనులు చేయుగలుగుతున్నాం. కనుక మనం అతనికి కృతజ్ఞతలు తెలుపుకోవటం అవసరమేకదా!

ప్రార్థన వేదమంత్రాలతో చేసుకోవటం అన్నిటికన్న ఉత్తమం. మనకు పరమ ఆప్తుడు, సర్వజ్ఞుడు అయిన పరమేశ్వరోపదేశమే వేదం. అందు ఏ విధంగా ప్రార్థన చేసుకుంటే మనకు ఉన్నతి కలుగుతుందో అనే విషయం కూడా ఉంది. ఆ మంత్రాలను అర్థభావనతో పఠిస్తూ అంతర్ముఖులమైతే చక్కటి పురుషార్థ ప్రేరణ కలుగుతుంది. ఉన్నతికి ఉత్తమమార్గం బోధపడుతుంది. వేదం తదుపరి ప్రమాణంగా తీసుకోవలసినవి ఋషుల గ్రంథాలు - ఉపనిషదాదులు.

వైదిక సిద్ధాంతాలను చక్కగా ఆకళింపుచేసుకున్న కవులు కొందరు లేకపోలేదు. అట్టి రచలను అనుసరించవచ్చును. పౌరాణిక ప్రార్థనలలో, భజనలలో కొంత సత్యత

ఉన్నా చాలా అభూతకల్పనలుంటాయి. పురుషార్థాని కన్నా విశ్వాసానికే, మూఢ భక్తికే ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఉంటుంది. అటువంటివి మనను తప్పుదారి పట్టించే అవకాశముంది. కనుక వాటికి దూరంగా ఉండటమే ఉత్తమం.

3.'ఉపాసన'

"ఉద్వయం తమసః పరి స్వః పశ్యన్త......" #యజుర్వేదం (35.14)

మేము అవిద్యా అజ్ఞానాంధకారాలనుండి పైకెగిరి ఆనంద స్వరూప పరమాత్మను దర్శింతుము గాక!.

'ఉపాసన' అంటే సమీపంలో ఆసీనులు కావటమని సామాన్య అర్థం. కాని, పరమేశ్వరుని సమీపంలో కూర్చున్నప్పుడు మాత్రమే దానిని ఉపాసనగా చెప్పాలని పెద్ద లంటారు. అందుచే ఇచట ఉపాసన అంటే పరమేశ్వరోపాసనగా గుర్తించాలి. వైదిక ధర్మానికి చెందిన మనం పరమేశ్వరుడు సర్వవ్యాపకుడనీ, సర్వాధారుడనీ, సర్వంతర్యామియనీ నమ్ముతాం. ఇది కేవలం నమ్మకమే కాదు, యథార్థం కూడా. పరమేశ్వరుడు సర్వవ్యాపకుడు కాకున్న సృష్టిలో నిరంతరం జరిగే క్రియలు – సూర్య చంద్ర నక్షత్ర గ్రహ గోళాదుల పరిభ్రమణం, అణువులలోని పరమాణువుల నియంత్రిత గతి, స్థావర జంగమ ప్రాణుల శరీరరచనా పాలనాది క్రియలు జరుగవు. ఎంత మహిమ ఉన్నా ఏకదేశవాసి ఈ విశాల విశ్వాన్నీ, అందులోని అసంఖ్యాక ప్రాణులను సృజించగలడా? రక్షించగలడా? కనుక, పరమేశ్వరుని సర్వవ్యాపకునిగా గుర్తించినవారే నిజమైన ఆస్తికులు. అయితే. మరి సర్వవ్యాపకుని సమీపంలో కూర్చోవట మేమిటి?

లోకంలో దూరాలు రెండు రకాలుగా ఉంటాయి. 1. దేశదూరం 2. కాలదూరం. ఈ రెండు దూరాలు పరమేశ్వరునికి మనకు మధ్యలేవు. సర్వవ్యాపకుడు కనుక అతడు మన శరీరాలలోను, ఇంద్రియ మనోబుద్ధులలోను, చివరకు జీవాత్మలమైన మనలోనూ కూడా వ్యాపించి మన కత్యంత సమీపంగా ఉన్నాడు. కనుక జీవాత్మ పరమాత్మలకు మధ్య దేశదూరం లేదు (స్థల దూరం లేదు). అతడు సర్వ కాలాలలోను భూత భవిషత్ వర్తమాన కాలాలయందంతటను మనతోనే ఉంటాడు. కనుక అతనికీ మనకు మధ్య కాలదూరమూ లేదు. ఈ రెండు దూరాలేకాక అజ్ఞాన మనే దూరంకూడా ఒక టుంటుందని విద్వాంసులంటారు. "ఉయ్యాలలో బిడ్డను పడుకోబెట్టి బిడ్డకోసం

ఊరంతా వెతికిన తల్లి"వలె మనం అజ్ఞానంతో మనలో వ్యాపించియున్న పరమాత్మను మరచి దేవుడు ఎక్కడో ఉన్నాడని ఎక్కడెక్కడికో తీర్థయాత్రలు చేస్తూవుంటాము. దీనినే దేవునికీ మనకు ఉన్న అజ్ఞానదూర మన్నారు, విద్వాంసులు. ఈ అజ్ఞానాన్ని దూరంచేసుకుంటూ మనం ప్రతిదినం కొంతసేపు ఏకాంతంలో కూర్చుని మనలో అంతర్యామిగా వ్యాపించియున్న పరమాత్మను అనుభవం చేసుకోవటానికి ప్రయత్నం చెయ్యాలి. ఈ విధంగా ప్రయత్నం చెయ్యటాన్ని 'ఉపాసన' అంటారు.

నియమంగా మనం ఈ రకమైన ఉపాసనను అభ్యసిస్తే మనలో అవిద్యాంధకారం తగ్గుతూ జ్ఞానజ్యోతి వికసిస్తుంది. అవిద్యాంధకారమంటే - జీవులమైన మనం మన స్వస్వరూపాన్ని (అసలు స్వరూపాన్ని) మరచి 'దేహమే నేను' అనే భ్రాంతిలో - భ్రమలో ఉండటం. దానితో అనిత్యమైన ఈ లోకంలోని ఆస్తిపాస్తులను, బంధుమిత్రాది సంబంధాలను, చివరకు మన శరీరాన్ని కూడా నిత్యమనే భ్రాంతిలోకి వెళ్ళిపోతాము. వాటికోసమే నిరంతరం శ్రమిస్తూ పరితపిస్తూ ఉంటాము. అప్పుడప్పుడు అనిత్యమైన వీటికోసం ధర్మపథాన్ని వదలి అధర్మాన్ని ఆచరించి పాపభాగుల మౌతాము. కాలాంతరంలో అదే మన కష్టాలకు కారణమౌతుంది. ఇంతేగాక, నిరంతరం మల మూత్రాది మాలిన్యాలు తయారయ్యే మన శరీరాలు చాలా శుచిగా ఉన్నట్లు భ్రమిస్తాము. క్షణికంగా సుఖాన్ని కలిగించే ఈ ప్రాపంచిక సుఖాలనే నిత్యమైన సుఖాలుగా భావించి వాటి కొరకే జీవితమంతా శ్రమిస్తాము. ఆలోచనాపరులైన వివేకవంతు లేమంటారంటే - ఈ ప్రపంచంలో దొరికే సుఖాలన్నిటి వెనుక దుఃఖం దాగి ఉందంటారు. ఈ సుఖాల వెనుక రాగద్వేషాలు దాగి ఉంటాయట. అవి జీవుణ్ని మరింతగా అధర్మంవైపు తీసుకుపోతాయట. కనుక, ఈ అవిద్యాంధకారం పోగొట్టుకోవడానికి మనం నిత్యం ఉపాసన చెయ్యాలి. మనలో జ్ఞాన జ్యోతిని వర్థిల్ల చేసుకోవాలి. జ్ఞానజ్యోతి వికాసానికి కేవలం వివేక వైరాగ్యాలు సరిపోవు అభ్యాసమనే ఉపాసనకూడా అవసరమంటాయి మన వేదశాస్త్రాలు.

ఉపాసనాభ్యాసంవల్ల మరొక గొప్ప ప్రయోజనమేమంటే - చిత్త అంతర్ముఖమవుతుంది. ఏకాగ్రమవుతుంది. అభ్యాసం బలపడితే క్రమంగా ఆత్మపరమాత్మల సాక్షాత్కారమౌతుందట. అప్పుడు వర్ణనాతీతమైన గొప్ప ఆనంద కలుగుతుందట. ఆ ఆనందాన్ని చవిచూచిన ఒక ఋషి ఏమన్నాడంటే-

"సమాధినిర్ధూతమలస్య చేతసో నివేశితస్యాత్మని యత్సుఖంభవేత్।
న శక్యతే వర్ణయితుం గిరా తదా స్వయం తదంతః కరణేన గృహ్యతే॥

– మైత్రాయణ్యుపనిషత్తు (4-3-9)

ఎవనికి సమాధియోగమువలన అవిద్యాది క్లేశాలు నష్టమౌతాయో, ఎవడు అంతర్ముఖుడై పరమాత్మయందు చిత్తమును స్థిరపరుస్తాడో అతనికి కలిగే ఆ సుఖం మాటలతో వర్ణించ నలవికానిది. ఎందుచేతనంటే – ఆ ఆనందాన్ని జీవాత్మ తన అంతఃకరణంతో మాత్రమే తెలుసుకో గలుగుతుం" దన్నాడు.

సమాధియోగం అంటే– పతంజలి మహర్షి సూచించిన అష్టాంగయోగమార్గం. 'సమాధి' అనేది 8వ అంగం. ఈ అష్టాంగాలను ఎనిమిది మెట్లుగా భావించవచ్చు. 8వ మెట్టుపైకి రావడానికి ముందుగా ఏడు మెట్లు ఎక్కవలసి ఉంటుంది. అట్లే 'సమాధి స్థితిని పొందటానికి మొదటి 7 అంగాలను అభ్యసించక తప్పదు. ఉపాసనాభ్యాసం చేసేవారునూ ఈ ఏడు అంగాలను విధిగా అభ్యసించవలసి ఉంటుంది. లేకున్న ఉపాసనలో ఉన్నతి కలుగదు. ఆ ఏడు అంగాలు (మెట్లు) ఏమిటంటే – యమ నియమ ఆసన ప్రాణాయామ ప్రత్యాహార ధారణా ధ్యానసమాధులు. వీటి సంక్షిప్త వివరణ మేమంటే–

1) **యమములు :** ఇవి అయిదుగా ఉంటాయి. అ) అహింస (ఏ ప్రాణినీ ఎప్పుడూ ఏ విధంగాను హింసించకుండా ఉండటం)

ఆ) **సత్యం** (మనస్సులో ఉన్న విషయాన్నే ప్రియంగా చెప్పటం)

ఇ) అస్తేయం (దొంగతనం చేయకుండా ఉండటం. అనుమతి లేకుండా యితరుల వస్తువులు ఉపయోగించకుండా ఉండటం)

ఈ) **బ్రహ్మచర్యం** (సంతానార్థం మాత్రమే వీర్యాన్ని ఖర్చుపెడుతూ మిగితా సమయాలలో సంయమంగా ఉండటం. నిరంతం పరమాత్మ స్మృతిలో ఉండటం).

ఉ) **అపరిగ్రహం** (తన అవసరాలకు మించి ధన వస్తు వాహనాదులను కూడబెట్టకుండా ఉండటం). ఈ అయిదింటిని సామాజిక నియమములని కూడా అంటారు. మానవుడు సామాజిక ప్రాణి గనుక ఉపాసనాభ్యాసం చేసేవాడు విధిగా వీటిని పాటించాలి.

2) **నియమములు** : ఇవియును అయిదుగా ఉంటాయి.

(అ) శౌచం (బాహ్యాభ్యంతరములందు పవిత్రంగా ఉండటం)

(ఆ) **సంతోషం** (న్యాయంగా తనకు లభించిన దానితో తృప్తిచెంది సదా ప్రసన్నంగా ఉండటం)

(ఇ) **తపస్సు** (భగవద్గీతలో చెప్పిన కాయక వాచక మానసిక తపస్సులను ఆచరించటం)

(ఈ) **స్వాధ్యాయం** (వేదాది మోక్ష శాస్త్రాలను అధ్యయనం చెయ్యటం లేదా 'ఓ౩మ్' నామాన్ని జపించటం)

(ఉ) **ఈశ్వర ప్రణిధానం** (పరోపకారాది సత్కర్మల నాచరిస్తూ వాటి ఫలితాలను పరమేశ్వరున కర్పించి ఈశ్వర ప్రాప్తిని మాత్రమే కోరుకోవటం).

3) **<u>ఆసనం</u>** : ఏ యిబ్బంది లేకుండా చాలా సేపు కదలకుండా కూర్చోగల ఆసనాన్ని అభ్యాసం చెయ్యాలి. ఉపాసనకు పద్మాసన సిద్ధాసనాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి.

4) **<u>ప్రాణాయామం</u>** : మీకు తెలిసిన ఏదైనా పద్ధతిలో కొద్దిసేపు ప్రాణాయామం చెయ్యాలి. అనులోమ విలోమ ప్రాణాయమం ఎక్కువ అనుకూలంగా ఉంటుంది. దీనివల్ల మనస్సు ఏకాగ్రము, అంతర్ముఖము అవుతుంది.

5) **<u>ప్రత్యాహారం</u>** : మనసును ఇంద్రియ విషయాలవైపు, ప్రాపంచిక విషయాలవైపు పోకుండా సమాధాన పరచుకొని భగవంతుని వైపు మరల్చటం.

6) **<u>ధారణ</u>** : శరీరంలో ఏదేని ఒక భాగంలో మనస్సును నిలిపి ఉంచటం. హృదయ, భృకుటి స్థానాలు చాలామందికి అనుకూలంగా ఉంటాయి.

7) **<u>ధ్యానం</u>** : ధారణ చేసిన చోట మనస్సును నిలిపివుంచి పరమేశ్వరుని ఏదేని ఒక గుణాన్ని గూర్చి తెంపులేకుండా చింతన చేయటం. 'ఓ౩మ్' – నామాన్నీ అర్థభావనతో-పరమేశ్వరుడు సర్వసంరక్షకుడనే భావంతో జపించటం ఎక్కువ అనుకూలంగా ఉంటుంది.

8) **<u>సమాధి</u>** : పైన చెప్పిన ధ్యానమే పరిపక్వమైనపుడు కేవలం ధ్యేయవస్తువే చిత్తంలో భాసిస్తుంది. అప్పుడు ధ్యాత ధ్యానము ధ్యేయము ఒకటిగా మారిపోయి ఆత్మ పరమాత్మల సాక్షాత్కారమౌతుంది. ఆ స్థితిలో జీవుడు పరమానందాన్ని అనుభవిస్తాడు.

పై పతంజలి మహర్షి సూచనల ననుసరిస్తూ ఉదయ సాయంకాలలో ఒక గంట సమయం ఉపాసనచేస్తే ఆత్మ అంతఃకరణాలు పవిత్రమౌతాయి. పరమేశ్వరుని దివ్యగుణాలు మనలో ప్రవేశించి మనని దివ్య గుణయుక్తులను చేస్తాయి. మనను దేవతలుగా మహాత్ములుగా పెంచి చివరకు ముక్తిని కలిగిస్తాయి. ఉపాసనా సూత్ర

మేమంటే-మనం దేనిని ఉపాసనచేస్తే దాని గుణాలు మనలో ప్రవేశిస్తాయి. ఇది స్నేహ సూత్రం వంటిదే. మనం ఎటువంటి వారిస్నేహం చేస్తే అటువంటి గుణాలు వచ్చినట్లే దివ్యగుణయుక్తుడైన పరమేశ్వరుని ఉపాసిస్తే ఆ దివ్యగుణాలు మనలో ప్రవేశిస్తాయి. చలితో బాధపడే వ్యక్తి అగ్నిని ఉపాసిస్తే వెచ్చదనం కలిగి చలిబాధ నివృత్తి చెందుతుంది. వేసవి తాపంతో భాదపడే వ్యక్తి చల్లటి నీటిని చల్లని గాలిని ఉపాసిస్తే తాపబాధ నివృత్తి చెందుతుంది. అట్లే, ప్రాపంచిక దుఃఖాలతో సతమతమయ్యే మనం దుఃఖరహితుడు, క్లేశరహితుడునైన పరమాత్మను ఉపాసిస్తే దుఃఖోపశమనం కలుగుతుంది.

ఉపాసన సగుణోపాసనా, నిర్గుణోపాసన అని రెండు రకాలుగా ఉంటుంది. అంతర్యామి యైన పరమేశ్వరుడు సర్వజ్ఞుడు, న్యాయకారి, దయాళుడు, ఆనందస్వరూపుడు అనుకుంటూ అంతర్ముఖులమై ఉపాసన చేస్తే దానిని సగుణోపాసన అంటారు. అతడు అజ్ఞానరహితుడు, క్లేశరహితుడు, స్థూల సూక్ష్మ కారణ శరీరరహితుడు జన్మజరా మృత్యురహితుడు అనుకుంటూ అంతర్ముఖులమై ఉపాసన చేస్తే దానిని నిర్గుణోపాసన అంటారు. ఈ రెండునూ ఒకే లక్ష్యాన్ని చేరుస్తాయి. ఆ లక్ష్యమేమంటే సమస్త దుఃఖాల నుండి నివృత్తి. పరమానంద ప్రాప్తి. దానినే ముక్తియనీ, నిఃశ్రేయసమనీ శాస్త్రాలు ఘోషిస్తాయి.

నేడు లోకంలో సాకారోపాసన పేరుతో రకరకాల దేవీదేవతల విగ్రహాలు నెలకొల్పి పూజలు వ్రతాలు తపాలు చేస్తున్నారు. ఇవన్నీ పూర్తిగా వేదవిరుద్ధం. పరమేశ్వరుడు విశ్వవ్యాపకమైన అత్యంత సూక్ష్మపదార్థం. దానికి మనం ఆకారాలు కల్పించలేము. ఇంతేగాక, విగ్రహాలు పృథ్వీతత్త్వంతో చేసిన జడపదార్థాలు. అంటే జ్ఞానం లేని పదార్థాలు. వాటిని ఉపాసిస్తే మనకు లభించేది జడత్వం మాత్రమే. మనం జ్ఞాన స్వరూపుడైన పరమేశ్వరుని ఉపాసించి మనలో జ్ఞానం పెంచుకోవాలే కాని దానికి విరుద్ధంగా ప్రవర్తించటం మంచిదికాదు. మన వేదాలు దర్శన ఉపనిషదాదులు చూపిన మార్గంలో పయనించాలేకాని మధ్యకాలంలో వచ్చిన ఈ మూఢాచారాల వెనుక పోకూడదు. అస్తు.

జీవుడు సుపర్ణుడు

పరమేశ్వరీయ జ్ఞానమైన వేదం జీవుణ్ణి సుపర్ణుడంటుంది. సుపర్ణుడంటే మంచి రెక్కలు గలవాడని అర్థం. రెక్కలు సామాన్యంగా పక్షిజాతుల కుంటాయి. అవి ఆ రెక్కలతో దూర దూర ప్రాంతాలకు ఎగురుతూ ఆకలిని, అవసరాలను తీర్చుకుంటాయి. సంతానాన్ని కనటానికి అవి అప్పుడప్పుడు గూళ్ళను నిర్మించుకుంటాయి. ఏ కారణం చేతనైనా ఆ గూడు పాడైపోతే వేరొక చోట మరొక గూడు నిర్మించుకుంటాయి. పక్షులవలెనే జీవుడు 'జ్ఞానము, పురుషార్థము' అనే రెండు రెక్కలు కలిగి ఉంటాడు. వాటితో తానున్న స్థితి నుండి పై కెగిరే ప్రయత్నం చేస్తాడు. ఆ రెక్కలు బలంగా లేకపోతే పడిపోవటం జరుగుతుంది. కొందరు రెక్కలు ఉండికూడా పై కెగుర ప్రయత్నించరు. మరికొందరు వాటితో చెడు కర్మలు చేసి అవనతిని - క్రిమికీటకాది జన్మలను పొందుతారు.

జీవునకు శరీరం గూడు వంటిది. ఆ శరీరగూడు వ్యాధివల్లగాని, వృద్ధావస్థవల్లగాని, ప్రమాదంవల్లగానీ పాడైపోతే, నివాసయోగ్యం కాకపోతే జీవుడు ఆ శరీరగూటిని వదలి మరొక శరీరగూటికి చేరుకుంటాడు. పరిస్థితులు అనుకూలించకుంటే, జీవిక నడువకుంటే మనుష్యుడు తానున్న గ్రామాన్ని వదలి మరొక గ్రామాన్ని చేరుకున్నట్లుగా ఉంటుంది ఆ ప్రయాణం. " పయనించే ఓ చిలుకా ఎగిరిపో పాడైపోయెను గూడు" అనే పాట మాదిరిగా ఉంటుంది జీవుని పయనం. వేరొక గ్రామానికి వలసపోతున్న వ్యక్తి తన కవసరమైన వాటినీ, ముఖ్యమైన వాటినీ వెంట తీసుకుపోతాడు. అట్లే జీవుడు ఆ శరీరంతో చేసిన సాధనను, పొందిన సంస్కారాలను తన వెంట తీసుకుని మరొక శరీరంలో ప్రవేశిస్తాడు.

వేదం మరియు మన ఋషులు వ్రాసిన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాలు సంసారాన్ని సముద్ర మంటాయి. అంటే సముద్రంతో పోలుస్తాయన్న మాట. తీవ్రమైన తుఫానులో చిక్కుకొని సముద్ర మధ్యలోనికి వెళ్ళిపోయిన నావికునకు తీరం కానరాక పలు దిక్కులకు పలుమార్లు ఈది ఈది అలసిపోతాడు. అట్లే సంసార సముద్రంలో చిక్కుకున్న జీవుడు ఏ వైపుగా ఈదితే-ప్రయాణంచేస్తే తను తీరం చేరుకుంటాడో - సముద్రాన్నుండి బయటపడ గలుగుతాడో తెలియక తన్ను లాడుతూ ఉంటాడు. తన స్వరూపాన్ని

మరచి భయ శోకాదులతో విలవిల లాడిపోతూ ఉంటాడు. ఆ స్థితి ఎట్లుంటుందో, ఏమి చేస్తే తన స్వరూపం చక్కగా తెలియబడుతుందో వేదం చక్కగా వివరిస్తుంది. అదేమంటే –

ఓం ఏకః సుపర్ణః స సముద్రమావివేశ
స ఇదం విశ్వం భువనం వి చష్టే ।
తం పాకేన మనసా పశ్యమన్తితః
తం మాతారేల్హి, స ఉ రేల్హి మాతరమ్ ॥ ఋగ్వేదము (10-114-4)

పరాంతకాలం పరమ సుఖము ననుభవించిన ఒక సుపర్ణం మరల సంసార సముద్రంలో ప్రవేశిస్తుంది. అది ఈ సంసారంలోని వివిధ లోకాలలో వివిధ శరీరాలను ధరిస్తూ విహరిస్తుంది. యోగసాధనలతో పక్వమైన మనస్సుతో దానిని అతి సమీపంనుండి చూస్తే దానిని దాని తల్లి ఆలింగనం చేసుకొని ప్రేమతో ముద్దిడు చున్నది. ఆ సుపర్ణము తల్లిని ముద్దుపెట్టుకుంటూ ఆలింగనం చేసుకుంటున్నది.

పరాంతకాల మంటే 100 బ్రహ్మ సంవత్సరాలు. అంటే 100 సృష్టికాలాలు +100 ప్రళయకాలాలు కలిసినంత. 432+432 = 864 × 360 = 3,11,040 × 100 = 3,11,04,000 కోట్ల సంవత్సరాలు. (ఒక సృష్టి ప్రళయ కాలం కలిపి 864 కోట్ల సంవత్సరములకు సమానము)

ఇది ముక్తి యొక్క అవధి. ముక్తి యొక్క కాల పరిమాణం. ఒకానొక జీవుడు విద్యా తపస్సులతో తన ఆత్మను పరిశుద్ధం చేసుకొని యోగ సాధన చేసి ఆత్మపరమాత్మలను దర్శిస్తాడు. సాక్షాత్కారం చేసుకుంటాడు. దానితో –

శ్లో॥ భిద్యతే హృదయ గ్రంథిశ్ఛిద్యంతే సర్వ సంశయాః ।
క్షీయంతే చాస్య కర్మాణి తస్మిన్ దృష్టే పరావరే ॥ ముండకోపనిషత్ (2-2-8)

ఆత్మపరమాత్మల సాక్షాత్కారంతో అతని హృదయ గ్రంథి (ముడి) విడిపోతుంది. తాను శరీర మనో బుద్ధులకన్న వేరుగా నున్నాననే స్పష్టమైన జ్ఞానం కలుగుతుంది. సర్వ సంశయాలు తీరిపోతాయి. కర్మబంధనం విడిపోతుంది. అట్టి యోగి ప్రారబ్ధాన్ని పూర్తి చేసుకున్న తదుపరి ముక్తి పొందుతాడు. ఏ శరీర బంధనం లేకుండా స్వేచ్ఛగా విశ్వమంతా విహరిస్తాడు. ఇట్టి ముక్తిని పొందుటయే మానవ జీవిత పరమలక్ష్య మని ఋషులంటారు.

ముక్తి అవధి పూర్తియైన తదుపరి **"పరాంత కాలే పరామృతాః పరిముచ్యంతి సర్వే"** ముండకోపనిషత్తు (3-2-6) అని చెప్పినట్లు జీవుడు మరల సంసార సముద్రంలోనికి రాక తప్పదు.

అట్టి జీవుడు ఒక సామాన్య మానవునిగా జన్మించి మరల సాధన ప్రారంభిస్తాడు. మంచి కర్మలు చేసి ఉన్నతిని, చెడు కర్మలు చేసి అవనతిని పొందుతూ రకరకాల శరీరాలను ధరిస్తూ సంసార సాగరంలో తిరుగుతూ ఉంటాడు. అట్టి వారిలో ఒకానొక జీవుడు సత్సంగంతో వివేక వైరాగ్యాలను పొంది యోగసాధన ప్రారంభిస్తాడు. యమనియమాలు పాటిస్తూ ధ్యానసాధన చేస్తాడు. ఆ ధ్యానంతో పరిపక్వమైన మనస్సు ఏకాగ్రమౌతుంది. అంతర్ముఖమౌతుంది. అట్టి యౌగిక మనస్సుతో తన అంతర్యాన్ని పరిశీలించిన యోగికి ప్రకృతి పురుషుల సంబంధమేమిటో అవగతమవుతుంది. ప్రకృతి జీవునికి తల్లిగా కనబడుతుంది. ప్రకృతి మాత బిడ్డడైన జీవున్ని ముద్దాడుతున్నట్లుగాను, జీవుడును తల్లి ప్రకృతిని ముద్దాడుతున్నట్లుగా అనుభవమవుతుంది. దీనినే 'మధువిద్య' అంటాయి ఉపనిషత్తులు.

బృహదారణ్యకోపనిషత్తు 2వ అధ్యాయంలోని 5వ బ్రాహ్మణం మధువిద్యను ఉపదేశిస్తుంది. యాజ్ఞవల్క్య మహర్షి తన పత్నియైన మైత్రేయికి బ్రహ్మవిద్యోపదేశం చేస్తూ -

"అండపిండ బ్రహ్మాండాలలో అంతటా పరబ్రహ్మ వ్యాపించి యున్నందువల్ల అవన్నీ మధువులే - మాధుర్యములే" నన్నాడు. అట్టి మధువులలో జీవుడు అనురక్తుడై తల్లీనుడౌతున్నాడు. ప్రకృతిమాతయు జీవునకు తన మధువుల నిచ్చుచు ఆకర్షించుచున్నది. ఈ విధంగా జీవప్రకృతులు మాతపుత్రులవలె పరస్పరానురాగ బద్ధులై యుంటారు.

తల్లి చిరకాలం పుత్రుడు తన వద్దనే ఉండిపోవాలని కోరుకోదు. పుత్రుడు పెరిగి పెద్దవాడై తండ్రి చెంతకు చేరుకోవాలని కోరుకుంటుంది. పుత్రుడును ఎంతకాలం తల్లిఒడిలో ఉంటాడు? తాను పెరిగి పెద్దవాడై గొప్పవాడిని కావాలనుకుంటాడు కదా! కనుకనే వేదం 'ఓ జీవుడా ! నీ రెండు రెక్కలతో జ్ఞాన పురుషార్థాలతో పై పైకి ఎగరమంటుంది. అమృతలోకం చేరమంటుంది.'

ఈ విధంగా ఉపదేశిస్తుంది.

ఓం ఇమౌ తే పక్షా వజరౌ పతిత్రిణౌ
యాభ్యాం రక్షాం స్యపహం స్యగ్నే ।
తాభ్యాం పతేమ సుకృతాము లోకం
యత్రఽ ఋషయో జగ్ముః ప్రథమజాః పురాణాః ॥

యజుర్వేదం (18-52)

"ఓ అగ్నీ! జ్ఞానపూర్వక గతి కలిగిన జీవుడా! నీ రెండు రెక్కలు - జ్ఞానకర్మలు అజరములు - ముసలితనము లేనివి. పతత్రిణములు - క్రింద పడిపోయినా మరల పైకెగుర గల బలము కలవి. నిన్ను పై పైకి ఎగిరింపజేసే సామర్థ్యము గలవి. కనుక, ఓ మానవా! వాటితో నీలోని కామక్రోధాది రాక్షసులను నిన్ను పతనం చేసే శత్రువులను సంహరించు, ఆ రెక్కలతో పూర్వ ఋషులు చేరిన సుకృత లోకమునకు మోక్షధామమునకు ఎగిరిపో" అని ఉపదేశిస్తున్నది.

మానవ జన్మ కర్మయోని. ఈ జన్మలో చేసిన కర్మలే ఫలితాన్నిస్తాయి. సత్కర్మల నాచరించి ఉన్నతిని, దుష్కర్మల నాచరించి అవనతిని పొందుతారు. కర్మలు చేయటానికి పరమేశ్వరుడు మానవునకు మూడు కరణాల నిచ్చాడు. కరణాలంటే సాధనాలు. అవే మనోవాక్కాయములు. మానవుడు శరీరంతో కర్మలు చేసినట్లే వాక్కుతోను మనస్సుతోను కూడా కర్మలు చేస్తాడు. ఇతరుల మేలుకోరి వాక్కును ప్రయోగిస్తే అది సత్కర్మ ఔతుంది. దానివల్ల పుణ్యము, ఉన్నతి కలుగుతాయి. అదే వాక్కుతో ఇతరులను బాధించినా, అసత్య మిథ్యాభాషణాదులను చేసినా అది దుష్కర్మ ఔతుంది. దాని ఫలితంగా పాపభాగుడై కష్టాలను పొందుతాడు. అట్లే మనస్సుతో ఇతరుల మేలు కోరితే పుణ్యకర్మయు, ఇతరుల నాశనం కోరితే పాపకర్మము అవుతుంది. మనస్సుతో చేసే కర్మలు బయటకు కనబడేవి కావు. వాటికి ఎవరూ సాక్షులుండరు. అయినా, అవన్నీ సర్వవ్యాపకుడై మనస్సులో కూడా వ్యాపించియున్న సర్వేశ్వరునకు తెలుస్తాయి. కర్మఫలదాత ఆయనే కదా! కనుక మనస్సుతోనూ ద్రోహచింతన పాపచింతన చెయ్యకూడదు.

సత్కర్మలనే ఆచరిస్తూ మనం ఇహపర లోకాలలో ఎంతటి ఉన్నతిని -

అభ్యుదయాన్ని సాధించినా జన్మ జరా వ్యాధి మరణ దుఃఖాలు ప్రతి మనిషికి తప్ప ఉంటాయి. ప్రమాదాలు, అన్యాయాలు కూడా ఉంటాయి. కనుక, వివేకవంతు జన్మరాహిత్యాన్ని - ముక్తిని మాత్రమే కోరుకుంటారు. ముక్తి అంటే సమస్త దుఃఖా నుండి విముక్తి. అది జన్మరాహిత్యాన్ని పొందినప్పుడు మాత్రమే సాధ్యం. అందుకొర యత్నించటమే పరమ పురుషార్థమన్నారు మన ఋషులు. దీనినే కపిల మహ తమ సాంఖ్యదర్శనంలో "త్రివిధ దుఃఖాత్యంత నివృత్తి రత్యంత పురుషార్థః" (1- అని సూత్రీకరించారు. పై వేదమంత్రం నీ రెండు రెక్కలతో (జ్ఞాన పురుషార్థాలత ఆ సుకృతలోకాన్ని త్రివిధ దుఃఖాలు లేని లోకాన్ని చేరుకోమని ప్రేరేపిస్తున్నది.

పరమేశ్వరుడును సుపర్ణుడే

జీవునికి వలెనే పరమేశ్వరునికిని 'జ్ఞానకర్మ'లను రెండు రెక్కలుంటాయి అందుచే దేవుడును సుపర్ణుడే నంటుంది వేదం. అయితే ఆ రెక్కలు చాలా విశాలమైన విశిష్టమైనవి. విశుద్ధమైనవి. వేదాలలో పరమేశ్వరుని నామాలు వందకి పైగా కనబడతాయి. అందులో 'సుపర్ణు' డనే పేరు ఒకటి. ఈ క్రింది వేదమంత్రా పరిశీలించండి.

ఓం ఇంద్రం మిత్రం వరుణమగ్ని మాహు రథో దివ్యఃస సుపర్ణో గరుత్మాన్।
ఏకం సద్విప్రా బహుధా వదన్త్యగ్నిం యమం మాతరిశ్వానమాహుః ॥

ఋ. (1-164-46)

ఒకే పరబ్రహ్మతత్త్వం విశ్వవ్యాపకమై సృష్టి స్థితి ప్రళయములను చేస్తున్న అది అనంత గుణగణాలను, శక్తులను కలిగివుంది. ఆ సత్ పదార్థమునే విప్ర (జ్ఞానులు) ఇంద్రుడు, మిత్రుడు, వరుణుడు, అగ్ని, దివ్యుడు, సుపర్ణుడు, గరుత్మంతు యముడు, మాతరిశ్వుడు మొదలైన అనేక నామములతో కీర్తిస్తారు. ఆ నామముల పరమేశ్వరుని వివిధ గుణాలను తెలిపేవే.

పై మంత్రం ద్వారా పరమేశ్వరుడే స్వయంగా తన కనేక నామములున్నాయ చెబుతున్నాడు. అందు 'సుపర్ణు' డనేది ఒక నామం. పరిమాణంలో జీవుడు చా అల్పుడు. శ్వేతాశ్వతర ఋషి తెలిపినట్లు -

"బాలాగ్ర శతభాగస్య శతధా కల్పితస్య చ ।
భాగో జీవః న విజ్ఞేయః స చానంత్యాయ కల్పతే ॥ శ్వేతాశ్వతరోపనిషత్తు (5-

జీవుడు వెంట్రుక కొనలో 10,000 వ భాగమంత ఉంటాడు. కనుక అతని జ్ఞాన కర్మలును అల్పములే. ఇక పరమేశ్వరుని పరిమాణం అనంతం. సృష్టి స్థితి లయములకు అతడే కర్త. సర్వప్రాణులకు వ్యవస్థ చేయునదియును అతడే. అందుచే అతని జ్ఞానము, అతని కర్మలు అనంతములు. అతడు సర్వశక్తిమంతుడు. అంటే ఇతరుల సహాయము నపేక్షింపకనే తన కర్మలను చేయువాడు. కనుక అతని పర్ణములు - జ్ఞాన కర్మలు చాలా విశాలమైనవి. విశిష్టమైనవి. ఇంతేగాక, అతని జ్ఞాన కర్మలు విశుద్ధములు. వాటిలో ఏ లోపములును ఉండవు. భ్రమ ప్రమాదములు ఉండవు. అవి స్వాభావికములు. సృష్టిలో అంతటా వ్యాపించి యుండియు, వేటి చేతను అంటబడనివాడు. సృష్టిలో జీవాత్మ పరమాత్మల స్థితి ఎట్లుంటుందో తెలిపే ఈ క్రింది వేదమంత్రాన్ని పరిశీలించండి.

ఓం ద్వా సుపర్ణా సయుజా సఖాయా సమానం వృక్షం పరి షస్వజాతే ।
తయోరన్యః పిప్పలం స్వాద్వత్త్యనశ్నన్నన్యో అభి చాకశీతి ॥ ఋగ్వే. (1-164-20)

సృష్టిరూప వృక్షము నాశ్రయించి రెండు సుపర్ణములున్నాయి. వాటిలో ఒకటి ఒకప్పుడు తియ్యటి పండు తిని ఆనందిస్తూ, మరొకప్పుడు చేదుపండు తిని శోకిస్తూ తిరుగుచున్నది. మరియొక సుపర్ణము ఏ పండూ తినకుండా సాక్షిగా వృక్షాన్నీ, రెండవ సుపర్ణాన్ని చూస్తున్నది.

పై ఆలంకారిక వర్ణనలో సృష్టి వృక్షంతో పోల్చబడింది. వృక్షమంటే వ్రయ్యలుగా – చిన్న చిన్న ముక్కలుగా చేయవీలైనదని అర్థం. **'వృశ్చతే ఛిద్యతే ఇతి వృక్షః'** అని నిర్వచనం. సృష్టిలో పదార్థాలన్నీ అణుపరమాణువులను యుక్తితో జ్ఞాన పూర్వకంగా కలపటంవల్ల ఏర్పడ్డాయి. కనుక, మరల వాటిని అణువులుగా పరమాణువులుగా విడదీయవచ్చు. అందుచేతనే పై మంత్రంలో సృష్టిని వృక్షంతో పోల్చటం జరిగింది. దీని నాశ్రయించికొని యున్న రెండు పక్షులలో ఒకటి జీవుడు. రెండవది ఈశ్వరుడు. జీవుడు సృష్టిలోని సుఖదుఃఖాల ననుభవిస్తూ ఉంటాడు. కనుక తియ్యటి లేదా చేదు ఫలాల ననుభవించే పక్షిగా వర్ణించటం జరిగింది.

రెండవ సుపర్ణము పరమేశ్వరుడు. అది ఏ పండునూ తినక సాక్షిగా అంతటా చూస్తూ ప్రకాశిస్తున్నదని వర్ణింపబడింది. పరమేశ్వరుడు నిత్యతృప్తుడు, ఆనంద స్వరూపుడు కావున సృష్టిలోని అల్పమైన తుచ్ఛమైన భోగముల ననుభవింపడు. ఈ

సృష్టి కేవలం అల్పజ్ఞులు, అల్పశక్తిమంతులు, భోగేచ్ఛకలవారునైన జీవుల కొరకు మాత్రమే చేయబడినది. **'యాథాతథ్యతోఽర్థాన్ వ్యవదధాత్ శాశ్వతీభ్యః సమాభ్యః'** అని యజుర్వేదం (40-8) చెబుతుంది.

ఈ విధంగా జీవేశ్వరుల జ్ఞానకర్మలలో సుపర్ణములలో హస్తిమశకాంత భేదమున్నది. కనుక మనం అహంకార అభిమానాలకు గురికాక **'కస్మై దేవాయ హవిషా విధేమ'** అంటూ వినమ్రులమై పరమేశ్వరుని ప్రార్థింతము రండు.

మనస్సులో దాగి ఉన్న జంతువులు

'మనస్సు' సృష్టికర్త మానవులకిచ్చిన గొప్పవరం. అది ప్రతీప్రాణికీ ఉంటుంది కానీ మానవులలోనే జాగృతమై వికసించి ఉంటుంది. ఆ వికసించిన భాగాన్నే బుద్ధి అంటాయి శాస్త్రాలు. దానితోనే మానవుడు సృష్టిని పరిశీలించి జ్ఞానవిజ్ఞానాలను గ్రహించగలడు. తాను పొందిన జ్ఞానవిజ్ఞానాలను, అనుభవాలను, అనుభూతులను ఇతరులకు చెప్పగలడు. ఇతరులనుండి వీటిని గ్రహించనూగలడు. అట్టి బుద్ధికలిగిన మానవులకు సృష్టికర్త వేదంద్వారా చేస్తున్న ఉపదేశమేమంటే -

"ఓ మానవులారా! మీరు ఆత్మ స్వరూపులు, జ్ఞానంగల చేతన స్వరూపులు మీరు శరీరంకన్నా, ఇంద్రియాలకన్నా, మనోబుద్ధులకన్నా వేరుగా శ్రేష్ఠంగా ఉన్నారు ఇవన్నీ మీకు సాధనాలుగా - పనిముట్లుగా (instruments గా) ఉన్నాయి కాలాంతరంలో ఈ పాంచభౌతిక శరీరం నశించిపోయి పంచభూతాలలో కలిసిపోయినా ఇంద్రియ మనోబుద్ధులు నశించిపోవు. అవి మీకు సూక్ష్మ శరీరంగా ఉండి మీ వెంట వస్తాయి. వాటితో మీరు మరొక జన్మ ఎత్తుతారు. క్రొత్త శరీరంలో ప్రవేశిస్తారు. మీకు ఎన్నెన్నో జన్మలు గడచిపోయాయి, ఎన్నెన్నో జన్మలు రానున్నాయి మీరు పూర్వజన్మలలో పొందిన గుణ కర్మస్వభావాలు మీ మనస్సులో సంస్కారాలుగా ఉండి ఎప్పుడూ మీ వెంట వస్తూనే ఉంటాయి. ఆ గుణ కర్మ స్వభావాలు మంచివైతే మంచి జన్మను కలిగిస్తాయి, దోషయుక్తములైతే అందుకు తగిన జంతు జన్మలను కలిగిస్తాయి. కనుక మీరు మీ బుద్ధితో మీ మనస్సులోని సంస్కారరూపంలో ఉన్న దోషాలను పరిశీలిస్తూ వాటిని దూరం చేసుకునే ప్రయత్నం చెయ్యండి. వాటిని నేను 6 వర్గాలుగా (Groups గా) విభజించి చెబుతున్నాను. వీటిని జంతువులతో పోల్చి చెబుతున్నాను. కనుక జాగ్రత్తగా అర్థం చేసుకోండి-

ఓం ఉలూకయాతుం శుశులూకయాతుం
జహిశ్వయాతుమ్ ఉత కోకయాతుమ్ ।
సుపర్ణయాతుం ఉత గృధ్రయాతుం
దృషదేవ ప్రమృణ రక్ష ఇంద్ర! ॥

- అథర్వవేదం (8-4-22)

ఓ జీవుడా! నీలోని గుడ్లగూబవంటి మోహప్రవృత్తిని నశింపచేసుకో. అట్లే - తోడేలువంటి క్రోధాన్నీ, కుక్కవంటి మాత్సర్యాన్నీ, చక్రవాకపక్షివంటి కామాన్నీ, డేగవంటి మదాన్నీ (గర్వాన్నీ), గ్రద్ధవంటి లోభాన్ని కూడా నశింపచేసుకో. నీవు ఇంద్రుడవు. ఇంద్రియాలకు స్వామివి. రాతితో మట్టికుండను నలిపినాశనం చేయనలిగినంత తేలికగా వాటిని నశింపచేయగలవు. నీ మనస్సులోని దోషాలను పోగొట్టుకుని శుద్ధం చేసుకో. లేకుంటే అవి నీకు అట్టి జన్మలనే కలిగిస్తాయి. తస్మాత్ జాగ్రత్త!"

పై సృష్టికర్త ఉపదేశాన్ని మనం మననం చేసి జీర్ణం చేసుకోవాలి. నిజ జీవితంలో ఆచరించి ఉన్నతిని పొందాలి. ఎట్లంటే -

1. ఉలూకయాతుం : ఉలూకమంటే గుడ్లగూబ. ఇది నిశాచరి. చీకటంటేనే దానికిష్టం. అది చీకట్లో కాకుల నివాసాలపై ఆకస్మికదాడి చేసి వాటిని చంపితింటుంది. ఇటువంటిది మానవులలో కూడా దాగి ఉంటుంది. పరిస్థితుల ప్రభావంతో అది బయటకువచ్చి తనకు హాని కలిగించటమేకాక దేశానికి, మానవ సమాజానికి కూడా గొప్ప కీడు చేస్తుంది. చరిత్రలో అట్టి సంఘటనలు కోకొల్లలు. ఉదాహరణకు -

మహాభారత యుద్ధంలో అతిరథ మహారథులంతా నేలకూలిన తదుపరి దుర్యోధనుడు అశ్వత్థామను సేనాధ్యక్షుణ్ణి చేశాడు. అతడు పాండవులను మట్టుబెట్టడానికి ఏదైనా గట్టి వ్యూహం పన్నాలనుకున్నాడు. ఆ రాత్రి అనుచరులతో అడవికివెళ్ళి ఆలోచించసాగాడు. కొద్ది దూరంలో ఒక గుడ్లగూబ కాకులున్న చెట్టుకొమ్మపై ఆకస్మిక దాడిచేసి చాలా కాకులను పట్టి చంపటం తినటం చూశాడు. దానినే తన వ్యూహంగా చేసుకున్నాడు. ఆ రాత్రే పాండవుల గుడారంపై ఆకస్మిక దాడిచేసి పాండవుల శయ్యలపై పడుకున్న ఉపపాండవులను నరికివేశాడు. గుడారాలన్నీటికి నిప్పుపెట్టాడు. చరిత్రలో గుడ్లగూబగా మిగిలిపోయాడు. మన దేశంపై విదేశాయులు చేసిన దురాక్రమణలన్నీ

ఇట్టివే. వారు శౌర్య వీర్య ప్రతాపాలతో గెలుచుకున్నవికావు. నేడు పాకిస్థాన్, చైనా చేసే దాడులుకూడా యిట్టివే.

ఇట్టి పెద్దపెద్ద విషయాలేకాక చీకటిలో జరిగే దొంగతనాలు, దోపిడీలు, మానభంగాలు, హత్యలు, అకృత్యాలు, కుట్రలు కుతంత్రాలు కూడా ఈ గుడ్లగూబ వర్గంలోకే వస్తాయి.

2. శుశులూకయాతుం : శుశులూకమంటే తోడేలు. తోడేలుకు ఈర్ష్యాద్వేషాలు, క్రోధం ఎక్కువట. ఇవి మనలో కూడా దాగుంటాయి. క్రోధంవల్ల సమ్మోహం అత్యంతమైన మోహము వస్తుందనీ అది క్రమంగా పెరిగి తన పతనానికి, వినాశానాకి కారణం అవుతుందని గీతావచనం (2-63), దీనికి చరిత్రలో దుర్యోధనుడు పెద్ద ఉదాహరణ. మయసభలో జరిగిన అవమానాన్ని భరించలేక శకునిమామతో. "ఓ మామా! ఈ అవమానాన్ని భరించలేకున్నాను. అగ్నిలోదూకిగాని విషంత్రాగిగాని, నీటిలోమునిగిగానీ చావాలనివుంది" అంటాడు. ఆ ఈర్ష్యాక్రోధాలే అతనిని పాపిని చేశాయి. 18 అక్షౌహిణుల సైన్యాన్ని నాశనం చేశాయి. చివరికి అది అతని దీనాతిదీనమైన చావుకు కారణమయ్యింది. ఈ క్రోధం కొందరిలో ఎక్కువగాను, కొందరిలో తక్కువగాను ఉంటుంది. కొందరు ఏమీ చేయలేక కుళ్ళికుళ్ళి నశించి పోతారు. కనుక దానిని ఆత్మజ్ఞానంతో పోగొట్టుకోమని శ్రీకృష్ణని హితవు (గీత-సాంఖ్యయోగం).

3. శ్వయాతుం (కుక్కప్రవృత్తి) : దీనిని ఋషులు మాత్సర్యానికి ప్రతీకగా తీసుకున్నారు. కుక్కలో విశ్వాసనీయత, స్వామిభక్తి, అల్పనిద్ర మొదలైన కొన్ని మంచి గుణాలున్నా దీనికి స్వజాతివైరం ఎక్కువ. తన క్షేత్రంలోనికి వేరే కుక్క ప్రవేశిస్తే తింటున్నదికూడా విడిచిపెట్టి ఉరికి దానిని వెళ్ళగొడుతుంది. దీనితోబాటు కాస్త మంచి తిండిపెట్టి అలవాటు చేసుకుంటే వాడెటువంటి వాడైనా తోక ఊపుకొంటూ వాడి సేవచేస్తుంది. రాజకీయ క్షేత్రంలో ఉన్నకొందరిలో యిట్టి ప్రవృత్తి కనబడుతూ ఉంటుంది.

4. కోకయాతుం (ఊరపిచ్చుక - sparrow ప్రవృత్తి) : ఇది కామానికి ప్రతీక. కామం ధర్మబద్ధంగాను, మితంగానే ఉండాలంటాయి మన వేదశాస్త్రాలు. వీర్యాన్ని సంతానం కొరకు వెచ్చించాలికాని మురుగుకాల్వలోనికి ప్రవహింపచేయకూడదంటారు మహాత్ములు. వీర్యాన్ని రక్షించుకుంటే మనకెంతో మేలు జరుగుతుంది. అది మనలో

ఓజస్సుగా పరిణమించి ఆరోగ్యాన్ని, తేజస్సుని, ఇంద్రియపటుత్వాన్ని, మేధాశక్తిని, దీర్ఘజీవనాన్ని ప్రసాదిస్తాయంటారు ఆయుర్వేదవిదులు.

5. <u>సుపర్ణయాతుం (డేగ ప్రవృత్తి) :</u> దీనిని మదానికి - గర్వానికి ప్రతీకగా తీసుకున్నారు ఋషులు. ఇది తన పెద్దపెద్ద రెక్కలను చూసుకుని గర్వపడుతూ ఉంటుంది. ఇతర పక్షులపట్ల హేయభావంతో ఉంటుంది. "అభిమానః శ్రియం హన్తి - అభిమానం (గర్వం) ఐశ్వరాన్ని హరిస్తుం" దని సామెత. సృష్టికర్త అందరికీ అన్నీయివ్వడుకానీ ఏవో కొన్ని శక్తులు ఇస్తాడు. విద్య లేదా బలం లేదా ధనం లేదా అందం యిస్తాడు. అవి మనను గర్విష్ఠుల చేయకూడదు.

6. <u>గృధ్రయాతుం (గ్రద్ధప్రవృత్తి) :</u> ఇది లోభానికి ప్రతీక. ఇతరుల కష్టార్జితాన్ని ఆశించటం మంచిదికాదు. పిల్లవాని చేతిలోని మిఠాయి పొట్లం గ్రద్ధ తన్నుకు పోయినట్లు కొందరు మనకు అందివచ్చినవాటిని తన్నుకుపోతారు. ఉద్యోగాన్ని తన్నుకుపోయేవారు కొందరు, ప్రమోషన్‌ను తన్నుకుపోయేవారు కొందరు. ఇలాగే ధనాన్ని, విజయాన్ని, అవకాశాన్ని..... తన్నుకుపోతుంటారు. వీరందరిని గ్రద్ధలేనంటుంది వేదం.

మనం ఇంతకుముందు తెలిసికొన్నట్లుగా జీవుడు సుపర్ణుడు. జ్ఞానం, ప్రయత్నం అనే రెండు రెక్కలతో పై పైకి ఎగురగలడు. ఇంతేగాక, ఆ రెక్కలతో తనలోని రాక్షసులను, బయట రాక్షసులను కూడా జయించగలడు. కనుక జీవాత్మలమైన మనం ఆ ప్రయత్నం చేద్దాము. అస్తు.

సర్వదేవతానిలయం మానవదేహం

తస్మాత్ వై విద్వాన్ పురుషం ఇదం బ్రహ్మేతి మన్యతే ।

సర్వా హ్యస్మిన్ దేవతా గావో గోష్ఠ ఇవాసతే ॥ - అథర్వవేదం (11-8-32)

<u>వాక్యార్థం :-</u> <u>తస్మాత్ వై విద్వాన్</u> = అందువలననే విద్వాంసులు

<u>పురుషం ఇదం బ్రహ్మేతి మన్యతే</u> = ఈ పురుషుడినే - స్త్రీ పురుష రూపాలలో ఉన్న మానవ శరీరాలనే 'బ్రహ్మ' అని తలంతురు, నమ్ముదురు. ఉపదేశింతురు. (ఇచట 'బ్రహ్మ' అంటే గొప్పది అని అర్థం). ఎందువల్లనంటే-

సర్వా + హి + అస్మిన్దేవతా = సమస్త ప్రాకృతిక దేవతలు

గావః + గోష్ఠే + ఇవ + ఆసతే = రకరకాల గోవులు - తెల్లవి, నల్లవి, కర్రివి బట్టవి, ఒంగోలువి, హరియాణావి ఒకే గోశాలలో వసించునట్లు మానవ శరీరంలో సర్వ దేవతలు నివసించుచున్నవి.

సరళార్థం :- వేదవిద్వాంసులంతా మానవ శరీరాన్ని సర్వప్రాకృతిక దేవతా నిలయంగా చెబుతారు. ఎట్లంటే -రకరకాల గోవులు ఒకే గోశాలలో నివసిస్తున్నట్లు, సృష్టిలో 33 దేవతలు మానవ శరీరంలో నివసిస్తున్నాయి.

వివరణ :- వేదాలలో పలుమార్లు దేవతలు 'త్రయత్రింశః' అని వస్తుంది. దానికి యాజ్ఞవల్క్య మహర్షి తమ 'శతపథ బ్రాహ్మణ (14-6-9) గ్రంథంలో పెద్దగా వివరణ యిచ్చారు. దానిని బృహదారణ్యకోపనిషత్ (3-9-2) మరికొంత సరళంచేస్తూ - "కతమే తే త్రయస్త్రింశదితి అని ప్రశ్నించుకొని - అష్టౌ వసవః, ఏకాదశ రుద్రాః, ద్వాదశాదిత్యాః తే ఏకత్రింశత్ (31), ఇంద్రశ్చైవ, ప్రజాపతిశ్చ (2) త్రయస్త్రింశావితి (31+2=33)" అన్నారు.

1) వసుదేవతలు - 8 = పృథివ్యాపస్తేజోవాయురాకాశా లనే పంచభూతాలు + సూర్య చంద్ర నక్షత్రాలు. అన్నీ కలిసి 8. ప్రాణులన్నీ వీటి ఆధారంతో జీవిస్తున్నాం కనుక వీటిని వసుదేవతలు - వసింపచేసే దేవతలంటారు.

2) రుద్రదేవతలు -11 = దశవిధాలుగా పనిచేసే ప్రాణాలు + జీవాత్మ. ఇ వక్రించినా, శరీరాన్ని వదిలిపెట్టి పోతున్నా రోదింపచేస్తాయి కనుక వీటి రుద్రదేవతలన్నారు.

3) ఆదిత్యదేవతలు - 12 = ఆదిత్యుడు (సూర్యుడు) ఒక్కడే అయినా అతని కాం స్వల్ప భేదంతో 12 రకాలుగా ఉంటుంది. ఒక్కొక్క నెల సూర్యకాంతి ఒక్కొక్కరకం ఉంటుంది. ఆ పన్నెండు రకాల సూర్యకాంతి ప్రాణుల కవసరమే. కనుక ద్వా ఆదిత్యులన్నారు.

4) ఇంద్రుడు - 1 = ఇచట ఇంద్రుడంటే ఆధిదైవికార్థంలో మేఘాలలోని మెరుపు ఆ మెరుపులు కూడా ప్రాణుల కవసరమే. ఆధునికి వైజ్ఞానికులు ఒక్క మెరుపు కొన్ని వందలటన్నుల ఎరువు ఉత్పత్తియై భూమికి చేరుతున్నదంటున్నారు క

కనుక అది ఒక దేవత. ఇంతేగాక, మనం నిత్యం వాడుకుంటున్న విద్యుత్‌ను కూడా ఇంద్రుడంటాయి మన వేదశాస్త్రాలు. కనుక అదియును ఒక దేవతయే. మెరుపులలో కూడా విద్యుత్తే ఉంటుందట. దానిని సేకరించి నిల్వచేసుకోగలిగితే ఒక పట్టణానికి ఒక సంవత్సర కాలానికి కావలసిన విద్యుత్‌ను సంపాదించవచ్చుట. ఆధునిక వైజ్ఞానికులు ఆ ప్రయత్నంలో కూడా ఉన్నారు.

5) ప్రజాపతి - 1= ఈ ప్రకరణంలో అంటే - ఆధిదైవికార్థంలో ప్రజాపతి అంటే ప్రజలను పాలించే (కాపాడే) 'అగ్నిహోత్రం' అని అర్థం. అగ్నిహోత్రం వల్ల ప్రాణులకు అనేకానేక లాభాలుకలుగుతాయి. అవన్నీ ఇచ్చట వివరించ వీలుపడదు. 'అగ్నిహోత్రం 100% వైజ్ఞానికం' మరియు 'అగ్నిహోత్రం రాసాయనిక విశ్లేషణ (Chemical Analysis of Agnihotra)' అనే గ్రంథాలలో చూడండి.

పై అన్ని వర్గాలను (Groups ను) కలిపితే (8+11+12+1+1=33) మొత్తం ముప్పైమూడు దేవతలౌతాయి. ఈ దేవతలన్నీ కేవలం సృష్టిలోనేకాక మానవదేహాలలో కూడా ఉన్నాయి. మిగతా ప్రాణుల శరీరాలలో కొన్ని కొన్ని దేవతలే ఉండగలవట. అన్నిటినీ వసింపచేయగల దేహం (శరీరం) మానవ దేహమేనట. ఈ విషయం మన బుద్ధిలో స్థిరపడాలని యాజ్ఞవల్క్యమహర్షి దీనిని ఒక కథానికగా (పంచతంత్ర కథలవలె) కల్పించి చెప్పారు. ఆ కథ సంక్షిప్తంగా ఏమిటంటే -

సృష్ట్యాదిలో ప్రజాపతియైన పరమేశ్వరుడు పై 33 దేవతలను సృష్టించి వాటిని ఆకలి దప్పికలతో సంయుక్తం చేశాడు. దానితో అవి ఆకలి దప్పికలతో అలమటిస్తూ మాకు ఆయతనం- వసించి ఆకలి దప్పికలు తీర్చుకునే చోటు చూపించమని వేడుకొన్నాయి. అంత సృష్టికర్తయైన ప్రజాపతి ఒక గోవును సృజించి ఇది చాలా పవిత్రమైనది, దీనిలో ప్రవేశించి వసించండన్నాడు.

దేవతలు ఆ గోవు శరీరాన్ని పరిశీలించి మేమంతా దీనిలో పట్టము, అంతేగాక మా ఆకలి దప్పికలు సరిగా తీరవన్నాయి. అంత ప్రజాపతి మరొకసారి బాగా ఆలోచించి ఒక అశ్వాన్ని సృజించి వారి ముందుంచాడు. ఆ దేవతలు ఆ అశ్వశరీరాన్ని పరిశీలించి ఇదికూడా మాకు చాలదన్నాయి. దానితో ప్రజాపతి మరల తీవ్రంగా ఆలోచించి మానవ శరీరాన్ని సృష్టించి వాటి ముందుంచాడు. ఆ శరీరాన్ని పరిశీలించిన

దేవతలు చాలా తృప్తిచెందాయి. "ఓ తండ్రీ! ఈ శరీరం మాకు బాగా నచ్చింది. మేమంతా ఈ శరీరంలో యిమిడి పోగలము. ఇంతేగాక, అన్ని రకాల రుచులన్న ఆస్వాదించగలము. ఎన్నెన్నో సుఖాలను అనుభవించగలము" అని చాలా సంబరపడిపోతూ చెప్పాయి.

దేవతలు ఆ శరీరంలో ఎలా ప్రవేశించాయో, ఏవి ఏ అవయవంలో స్థిరపడ్డాయో ఐతరేయోపనిషత్ మనకు చాలా చక్కగా వివరించి చెప్పింది-

"అగ్నిర్ వాగ్ భూత్వా ముఖం ప్రావిశత్,

వాయుః ప్రాణోభూత్వా నాసికే ప్రావిశత్,

ఆదిత్య శ్చక్షుర్ భూత్వా ఉ క్షిణీప్రావిశత్,

దిశః శ్రోత్రం భూత్వా కర్ణౌ ప్రావిశన్,

ఓషధి వనస్పతయో లోమాని భూత్వా త్వచం ప్రావిశన్,

చంద్రమా మనో భూత్వా హృదయం ప్రావిశత్,

మృత్యు రపానో భూత్వా నాభిం ప్రావిశత్

ఆపో రేతో భూత్వా శిశ్నం ప్రావిశన్" - ఐతరేయోపనిషత్ (1-2-4)

అగ్ని వాక్‌శక్తిగా మారి ముఖంలో (నోటిలో-స్వరపేటికలో) ప్రవేశించి అక్కడ స్థిరపడింది. వాయువు ప్రాణమై నాసికలోను, ఆదిత్యుడు (సూర్యుడు) చక్షువై అక్షిణిలలోను (కండ్లలోను), దిక్కులు వినికిడిశక్తిగా మారి చెవులలోను, ఓషధి వనస్పతులు రోమములై చర్మంలోను, చంద్రుడు మనస్సుగామారి హృదయంలోను, మృత్యువు అపానవాయువుగా మారి నాభిలోను, జలము రేతస్సుగా (రజోవీర్యాలుగా) మారి శిశ్నములోను (స్త్రీపురుష మర్మేంద్రియాలలోను) చేరి అక్కడ స్థిరపడ్డాయి.

పై విధంగా సృష్టిలోని పంచభూతాలు, ప్రాకృతిక శక్తులు మానవ దేహంలో ప్రవేశించి ఆయా స్థానాలలో స్థిరపడ్డాయని 'ఐతర' ఋషి అభిప్రాయం. ఈ మాటలు కేవలం అభిప్రాయాలే కాదు. పూర్తిగా వైజ్ఞానికి సత్యాలు. వీటి వైజ్ఞానిక వివరణకొరకు నా రచన "ఐతరీయోపనిషత్‌లోని సృష్టికథ - వైజ్ఞానిక వ్యాఖ్య"లో చూడండి. ఇక మనం మొదటి వేదమంత్రంలోని వాస్తవికత ఏమిటో సామాన్య దృష్టితో ఆలోచిద్దాం.

మన వేదశాస్త్రాలు చెప్పే 33 దేవతలు మానవదేహంలో కేవలం ఉండటమేకాక అవి వికసించి ఉంటాయి. మన కన్నులు సూర్య కిరణాలలోని (Color Spectrum లోని) 7 రంగులను చూడగలవు. ఇంతేగాక, ఈ ఏడురంగుల మేళవింపులతో ఏర్పడే వందలరకాల రంగులను కూడా చూడగలవు. మరే ఇతర జాతులకు (పశు పక్షి క్రిమి కీటకాదులకు) ఇంతటి వికసిత నేత్రేంద్రియం లేదు. అవి కేవలం 2,3 రంగులను మాత్రమే చూడగలవని ఆధునిక వైజ్ఞానికులంటున్నారు. మన చెవులు రకరకాల శబ్దాలను వినటమేకాక వాటిలోని భావాలను, నిందాస్తుతులను, కర్ణ కఠోరాలను, కర్ణానంద సంగీతాలను విని అర్థంచేసుకొని తదనుగుణంగా స్పందించగలవు. తిరిగి తమ భావాలను మాటలలో, చేతలలో వ్యక్తం చెయ్యగలవు. మన వాక్శక్తి అత్యద్భుతం సామాన్య మాటలేగాక అది అనేక శృతి లయలతోకూడిన సంగీతాలను ఆలపించగలదు. ఇతర ప్రాణుల కూతలను, కేకలను, గాండ్రింపులను, మూలుగులనుకూడా అనుకరించి మిమిక్రీ చెయ్యగలదు. ఇట్టి వాక్శక్తి ఏ యితర ప్రాణికుంది? మనిషి తన ముఖ కవళికలతో ఎన్నెన్నో భావాలను వ్యక్తం చెయ్యగలడు. చిరునవ్వులను అట్టహాసాలను, కృపాభావాన్ని, రౌద్రభావాన్ని, సమ్మతిని, అసమ్మతిని, వ్యక్తపరచగలడు. కేవలం కన్నులు కదిలించి అనేక భావాలను ప్రకటించగలడు. ఇట్టి శక్తి మరి ఏ ఇతర ప్రాణికుంది ? ఇక మనం కాళ్ళు, చేతులతో చేయగల పనులు లెక్కపెట్టలేనన్ని ఉన్నాయి. అవి ఎంతో పరోపకారం చెయ్యగలవు (పరాపకారం కూడా చెయ్యగలవు). 'రెక్కాడితేగాని డొక్కాడదని' వాపోయేవారెందరో ఉన్నారు. నిజమే - అవి సరిగా ఉంటేనే మన జీవితాలు ఈ మాత్రం గడుస్తున్నాయి. అవి కర్మేంద్రియాలైనా జీవికకు చాలా చాలా అవసరం. ఇట్టి కాళ్ళు చేతులు మరి ఏ యితర ప్రాణికున్నాయి? కనుక వాటినికూడా దేవతలంటుంది వేదం. సర్వదేవతలను కలిగి ఉన్నది మానవదేహమేనంటున్నది ఈ మంత్రం.

సృష్టికర్త నుండి వచ్చిన వేదవాక్కులు నిరర్థక మెట్లవుతాయి? వాటిని మనం మనన చింతన నిధిధ్యాసనములు చేస్తే అర్థ మౌతాయి. వేదాలలో కేవలం ఆధ్యాత్మిక విషయాలేకాక సృష్టిరహస్యాలన్నీ బీజరూపంలో ఉన్నాయి. వాటి ఆధారంతో పరిశోధనలు, ప్రయోగాలు చేస్తే మనం విజ్ఞానరంగంలోనూ రాకెట్‌వలె దూసుకుపోవచ్చు. ఆ ప్రయత్నాలేవీ చేయకుండానే 'వేదాలలో అన్నీ ఉన్నాయట'

అని వెక్కిరించటం మంచిదికాదు. కనుక మనం నిత్యం ఈ విధంగా సంకల్పం చేద్దాం. ప్రార్థన చేద్దాం-

ఓం భద్రం కర్ణేభిః శృణుయామ దేవాః
భద్రం పశ్యే మాక్షభి ర్యజత్రాః,
స్థిరై రంగై స్తుష్టువాం స స్తనూభిర్
వ్యశేమహి దేవహితం యదాయుః॥ - యజుర్వేదం (25-21)

ఓ సర్వ సంరక్షక సర్వేశ్వరా! నీ కృపవలన మేము నిత్యం సత్పురుషుల సాంగత్యం చేస్తూ మా కర్ణములతో (చెవులతో) భద్రములనే - శుభములనే వినుదుముగాక. భద్రములనే చూతుముగాక. స్థిరమైన సుధృడమైన శరీరాంగములతో నిన్ను స్తుతింతుముగాక. నీ వేదాజ్ఞలను పాలింతుముగాక. మాకు నీవిచ్చిన ఆయువును పూర్ణముగా అనుభవింతుముగాక. (వ్యసనాలతో వ్యర్థం చేసుకొనకుందుముగాక).

వేదమంత్రాలతో స్నానం - ఆరోగ్యకరం

భారతీయులు తమ దినచర్యలోని కార్యాలన్నిటిని వేదమంత్రాలతో ప్రారంభించటం ఆదినుండి వస్తున్న ఆచారం. ఎందుచేతనంటే - **"తద్ వచనాత్ ఆమ్నాయస్య ప్రామాణ్యమ్"** - సృష్టికర్త నుండి వచ్చినవి కనుక వేదాలకే ప్రథమ ప్రాధాన్యత నివ్వాలంటారు వైశేషిక దర్శనకర్త కణాద మహర్షి. అనంతరమే ఋషులు వ్రాసిన శ్లోకాలకు, సూత్రాలకు కావ్యాలకు స్థానం యివ్వాలి. కనుక మన దిన చర్యలో స్నానం చేసేటప్పుడు కూడా వేదమంత్రాలు పఠిస్తూ స్నానం చెయ్యటం ఉత్తమం. పైకి కానీ, మనస్సులో కాని పఠించవచ్చు. వేదాలలో ఉన్నవాటిని మంత్రాలంటారు. **"మననాత్ మంత్ర మితి ఉచ్యతే"** అని చెప్పినట్లు వాటిని మనం ఎంతగా మననం చేస్తే అంతగా మనకు వాటి అర్థం విశదమౌతుంది. ఆ అర్థాలన్నీ హేతుబద్ధంగాను, వైజ్ఞానికం గాను, మానవమాత్రులందరికి మేలు చేసేవిగాను ఉంటాయి. ఆ అర్థాలను నిజ జీవితంలో అనుసరిస్తే అద్భుతమైన ఫలితాలనిస్తాయి.

స్నానం చేసేటప్పుడు ఋగ్వేద దశమ మండలంలోని 9వ సూక్తమైన "ఆపః సూక్తం"తో స్నానం చెయ్యటం మంచిదని ఋషులంటారు. దీనిలో మొత్తం 9

మంత్రాలున్నాయి. అన్నీ చదవ వీలుపడనివారు మొదటి మూడు మంత్రాలతో స్నానం ముగించవచ్చు. వాటిని అర్థభావనతో పఠిస్తేనే ఆరోగ్య సూత్రాలు తెలుస్తాయి. కనుక మేము ఆ మంత్రాలను సరళార్థంతో వ్రాస్తున్నాము. సంక్షిప్తంగా వైజ్ఞానిక వివరణకూడా యిస్తున్నాము. ఈ మంత్రాలకు దేవత "ఆపః" అంటే - జలము (నీరు). జలంలో గల విశేష గుణాలు ఈ మంత్రాలలో తెలుపబడ్డాయి.

1. ఓం ఆపో హి ష్ఠా మయోభువస్తా న ఊర్జే దధాతన।
మహే రణాయ చక్షసే॥ - ఋగ్వేదం (10-9-1)

<u>సరళార్థం :</u> జలమే నిశ్చయంగా సుఖదాయకం. అందుచే అది మాకు బలమును ఇచ్చుగాక ! మంచి ఆరోగ్యాన్నిచ్చి మమ్ము అందమైన వారినిగా చేయునుగాక! మంచి వాక్శక్తిని, దృక్శక్తిని (దృష్టిని) ఇచ్చి కాపాడునుగాక!

<u>వైజ్ఞానిక వివరణ :</u> ఈ భూమిపైన భూతలంకన్న సముద్రతలమే ఎక్కువ ఉన్నదన్న విషయం అందరికి తెలిసినదే. అట్లే మన శరీరంలోనూ జలశాతమే ఎక్కువ ఉంటుంది. 70 నుండి 80% శాతం జలం ఉంటుందంటారు వైజ్ఞానికులు. నీటి మాధ్యమంగానే మన ఆహారం రస రక్తాది ధాతువులుగా పరిణమిస్తున్నది. తిన్న ఆహారం జీర్ణరసాలవల్ల ముందుగా రసంగా (Lymph గా) మారి, రక్తంలో కలుస్తుంది. అది ఊపిరితిత్తుల ద్వారా ఆక్సిజన్‌ను గ్రహించి పూర్ణత్వాన్ని పొందుతుంది. అట్టి రక్తం ధమనుల ద్వారా (మంచి రక్తనాళాల ద్వారా) మన శరీరంలోని ప్రతీ కణానికి అందుతున్నది. కనుకనే కణాలు జీవిస్తున్నాయి. లేకుంటే అవి మరణిస్తాయి. క్రుళ్ళి వాసనవస్తాయి. దానినే గేంగ్రిన్ అంటారు ఆంగ్లేయవైద్యులు. జలం మన భౌతిక అవసరాలను తీర్చటమే గాక శరీర లోపలి అవసరాలను కూడా తీరుస్తున్నది. కనుక, పై మంత్రం జలం నిశ్చయంగా సుఖదాయకమంటున్నది. రమణీయ దృష్టిని, దర్శనీయమైన సౌందర్యాన్ని కూడా ఇస్తుందంటున్నది.

నేత్రాలతో పనిచేసేవారు మధ్యమధ్యలో చల్లటి నీటితో ముఖం కడుగుకుంటే సుఖంగా ఉంటుంది. నేత్ర స్నానం Eye Cup లో చల్లటి నీరుపోసి అది పెట్టుకుని నేత్రాలను తెరచి అందులో త్రిప్పితే ఇంకా మంచిది. కంటి అలసట (Eye Strain) తగ్గి శక్తిని పొందుతాయి.

2. ఓం యో వః శివతమో రసస్తస్య భాజయతేహ నః।
ఉశతీరివ మాతరః॥ - ఋగ్వేదం (10-9-2)

సరళార్థం : అట్టి దివ్యగుణయుక్త జలం మాకు శివతమ రసమును ఇచ్చునుగాక! అందరికీ మేలుచేసే రసమగునుగాక! అది మాకు పుత్రుల మేలుగోరు తల్లులవలె ప్రాప్తించునుగాక!

వైజ్ఞానిక వివరణ : సామాన్యంగా జలం అందరికీ మేలు చేస్తుంది. నీరు సరిపడని వారెవరుంటారు? కనుకనే ఆయుర్వేదం శుద్ధమైన జలం అనుపానాలలో ఉత్తమమైన దంటుంది. అనుపానం అంటే మందుతో చేర్చి తీసుకోవలసిన కషాయాలు, పానీయాలు. అవి కొందరికి పడకపోవచ్చు. అట్టివారు నిర్భయంగా నీటితో ఆ మందును సేవించవచ్చు. అది పుత్రుని మేలుకోరే తల్లివలె మనకు మేలు చేస్తుంది. అది శివతమము - మేలు చేసే వాటిలో ఉత్తమోత్తమమైనది.

3. ఓం తస్మా అరంగమామ వో యస్య క్షయాయ జిన్వథ ।
ఆపో జనయథా చ నః॥ - ఋగ్వేదం (10-9-3)

సరళార్థం : మేము అట్టి జలం యొక్క దివ్యగుణాలను, లాభాలను అధికాధికంగా తెలుసుకొని వాటిని సద్వినియోగం చేసుకొందుము గాక! ఆ జలం మాకు నివాసయోగ్య మగునుగాక! వృద్ధిని, ఉన్నతిని కలిగించునుగాక! పుష్కలమైన పంటలను ప్రసాదించునుగాక!

వైజ్ఞానిక వివరణ : జలం యొక్క దివ్యగుణాలు వేదాలలోను, ఆయుర్వేదంలోను అనేకానేకం చెప్పబడ్డాయి. వాటిని అధ్యయన పరిశోధనలు చేస్తే మరెన్నో నూతనావిష్కారాలను, సుఖసాధనాలను, చికిత్సలను (Therapies ను) రూపొందించవచ్చు.

పూర్వం నగరాలను, పట్టణాలను నదీ తీరాలలో నిర్మించుకునేవారు. గ్రామాలనుకూడా తగిన నీటి వనరులున్న చెరువులవద్ద నిర్మించుకునేవారు. లేకుంటే చాలా యిబ్బందుల నెదుర్కొనవలసి వస్తుంది. తగిన నీరులేని చోట నివసించటం దుర్భరమే కదా! ఇక పంటలకైతే నీరే ప్రధానావసరమన్న విషయం అందరికి తెలిసినదే. అందుకనే పై మంత్రం మానవ మనుగడకు, వృద్ధికి, ఉన్నతికి జలం ఆధారమంటున్నది.

ఈ మూడు మంత్రాలు ఋక్, యజుర్, సామ, అథర్వవేదాలనబడే నాలుగు వేదాలలోనూ ఉన్నాయి. కనుక విద్వాంసులు వీటికి ప్రాధాన్యత నిచ్చి సమయంలేనివారు ఈ మూడు మంత్రాలతో స్నానం ముగించవచ్చునన్నారు.

4. ఓం శన్నో దేవీరభిష్టయ ఆపో భవంతు పీతయే ।
శం యోరభి స్రవన్తు నః॥ - ఋగ్వేదం (10-9-4)

<u>సరళార్థం :</u> అట్టి దివ్యగుణయుక్త జలం మా అభీష్టాలను, అవసరాలను తీర్చునుగాక! మాకు పానయోగ్యమైన జలం పుష్కలంగా లభించునుగాక! పరమేశ్వరానుగ్రహంవల్ల సమయానుకూలంగా జలం వర్షించి మమ్ము అన్ని విధాల కాపాడునుగాక!

<u>వైజ్ఞానిక వివరణ :</u> సూర్యతాపంవల్ల సముద్రంపై, భూమిపైన ఉండేజలం ఆవిరిగా మారి ఆ నీటి యావిరి తేమ రూపాలలో ఎప్పుడూ వాతావరణంలో ఉంటుంది. క్రమంగా ఆ నీటి యావిరి ధూళికణాలతో కలిసి మేఘాలు ఏర్పడతాయి. ఇవి ఎక్కువగా సముద్రాలపై ఏర్పడి ఋతుపవనాల ద్వారా భూభాగంపైకి తీసుకురాబడతాయి. ఆ మేఘాలు భూతలంపై ఉన్నపుడు వర్షిస్తేనే మనకు మేలు జరుగుతుంది. సముద్రంపై వర్షిస్తే లాభం ఉండదు. మేఘాల క్రింద చల్లటిగాలి వీచినపుడే ఆ మేఘాలు వర్షిస్తాయట.

వర్షాభావానికి ముఖ్యంగా వాతావరణదోషాలు, చల్లదనాన్నిచ్చే అడవులు లేకపోవటం కారణం అంటున్నారు వాతావరణ నిపుణులు. "**యజ్ఞాద్భవతి పర్జన్యః** - యజ్ఞయాగాదులవల్ల మేఘాలు ఏర్పడటం, వర్షించటం జరుగుతుం"దంటుంది భగవద్గీత. "**నికామే నికామే నః పర్జన్యో అభివర్షతు**= మేము కోరినపుడల్లా మేఘాలు వర్షించాలని సంకల్పించి ప్రయత్నించి సాధించమంటుంది" యజుర్వేదం (22-22). వివరాలకు నారచన "వేదాలలో వర్షేష్టి విజ్ఞానం" చదవండి.

ఈ మంత్రానికి ఆధ్యాత్మికంగా - పరమేశ్వరుని పరంగా అర్థం చెప్పుకొని ఆచమన క్రియ చేయవచ్చునని ఋషులన్నారు. అప్పుడు అర్థం ఈ విధంగా చెప్పుకోవాలి.

<u>ఆధ్యాత్మికార్థం :</u> హే ఆపః! (అప్లృ- వ్యాప్తౌ) సర్వవ్యాపక సర్వేశ్వరా! నీవు మాపై సదా మా అభీష్ట సుఖములను వర్షింపజేయుము. ఈ శరీర పతనానంతరం

(మరణానంతరం) అఖండ ఆనందరూప ముక్తిని ప్రసాదింపుము.

వైదిక వ్యాకరణ వివరణ : సామాన్య సంస్కృత భాషలో 'ఆపః' అంటే జలమని అర్థం. కాని, వైదిక వ్యాకరణంలో 'ఆపః' పదము 'ఆప్ఌ- వ్యాప్తౌ' అనే మూల సంస్కృత ధాతువుతో నిర్మింపబడుతుంది. కనుక ఈ పదమునకు మూల అర్థం (Root Meaning) వ్యాపించి ఉండేది, విస్తరించి ఉండేది అని వస్తుంది. నీరు మెత్తటి మన్ను, పిండి మొదలైన వాటిలోనే వ్యాపించగలదు. విస్తరించగలదు. కాని, కఠినమైన శిలలలోను, లోహాలలోను వ్యాపించలేదు. వాటితో తయారైన పాత్రలలో విస్తరించి ఆయా ఆకారాలను పొందుతుంది. కాని, ఆకాశంవలె అత్యంత సూక్ష్మమైన పరమాత్మ పంచభూతాలలోను, సూక్ష్మాతి సూక్ష్మములైన మనో బుద్ధులలోను, జీవాత్మలలోను కూడా వ్యాపించి ఉంటాడు. కనుక వేదాలలో 'ఆపః' పదము పరమాత్మ పరంగా అనేక మంత్రాలలో పేర్కొనటం జరిగింది.

ఆపః పృణీత భేషజం (ఆపో వై భేషజమ్)

(నీరు నిశ్చయంగా ఒక ఔషధం)

మనం ఇంతకుముందు జలంవల్ల కలిగే ఆరోగ్యలాభాలు కొన్ని తెలుసుకున్నాము. ఋగ్వేద దశమ మండలంలోని "ఆపః సూక్తం"లో 4 మంత్రాలకు వైజ్ఞానిక వివరణతో కూడిన అర్థం చదువుకోవటం జరిగింది. 4వ మంత్రంలోని ఆపః పదమునకు ఆధ్యాత్మిక పరంగా సర్వవ్యాపక పరమాత్మకు ఈ నామం ఎట్లు వర్తిస్తుందో సంక్షిప్తంగా తెలుసుకున్నాము. ఇప్పుడు మిగిలిన 5 మంత్రాలకు అర్థవివరణలు తెలుసుకుందాము

5. ఓం ఈశానా వార్యాణాం క్షయన్తీ శ్చర్షణీనామ్।
అపో యాచామి భేషజమ్॥ - ఋగ్వేదం (10-9-5)

సరళార్థం : పంటలన్నీ జలంతోనే పండుతాయి కనుక అది వాటికి ఈశుడు - స్వామి. మనం నివసించే గృహాలకు, మన శరీరాలకు కూడా అదే స్వామి. ఎందుకంటే ప్రాణి జాతులన్నీ జలంలేకుండా జీవించలేవు కనుక అట్టి దివ్య గుణయుక్త జలం నుండి నేను భేషజమును - రోగనివారణను యాచించు చున్నాను.

వైజ్ఞానిక వివరణ : జలం ఒక జ్ఞానంలేని జడపదార్థం. అది మన ప్రార్థనను ఎట్లా

నిటుందని సందేహిస్తున్నారా? వేదశైలి ఇలాగే ఉంటుంది. జడపదార్థాల సంబోధన, ప్రార్థనలు ఎక్కడైనా కనబడితే – "వాటినుండి ఆయా గుణాలను రాబట్టటం, పరిశోధనలు చేసి వాటిని ఆవిష్కరించటం" అని అర్థం చేసుకోవాలి. ప్రాచీన ఋషులు ఆవిధంగా చేశారు కనుకనే ఆయుర్వేద, ఖగోళ విజ్ఞానాది ఎన్నెన్నో ఆవిష్కారాలను చేశారు. ఎన్నెన్నో శాస్త్రాలను వ్రాసి ముందు తరాల కందించారు.

జలంలేనిది ప్రాణిమనుగడ లేదనేది అందరికి తెలిసిన విషయమే. కాని, అది భేషజంగా ఎట్లగునో చాలా మందికి తెలియదు. జలాన్ని మనం యుక్తితో సేవిస్తే అది భేషజం అవుతుంది. ఎట్లంటే –

1) <u>ఉషఃపానము :</u> నిద్ర లేవగానే తొందర పెట్టే కాలకృత్యాలను (మలమూత్ర విసర్జనలను) తీర్చుకొని రెండు పెద్ద గ్లాసుల నీరు త్రాగితే పెక్కు అజీర్ణ సమస్యలు శాంతిస్తాయి. మలవిసర్జన సాఫీగా జరుగుతుంది. జీర్ణకోశం (Stomach) లో జీర్ణంకాగా మిగిలిన పదార్థం త్రాగిన నీటితో కలిసి డుయోడినం ద్వారా చిన్న ప్రేగులలోనికి వెళ్ళిపోతుంది. ఆమ్లాలను తగ్గించే మందుల (Antacids) కన్న ఎక్కువ మేలు జరుగుతుంది. మొండి తలనొప్పుల నివారణకు ఇదొక చికిత్సాపద్ధతి. నీరు త్రాగిన తరువాత యోగవ్యాయామ ప్రాణాయామాదులు చేస్తే మరింత మేలు జరుగుతుంది. అవి చేయలేనివారు ఊరిబయట పరిశుభ్రమైన గాలిలో నడక వ్యాయామం చేయవచ్చు. నేటి వైద్యులు కూడా Morning Walking చాలా మంచిదంటున్నారు కదా! దానిని వేదం ఉషః కాల విహారం అంటుంది. దానివల్ల కలిగే భౌతిక లాభాలు, ఆధ్యాత్మిక లాభాలు అనేక మున్నాయంటుంది. 'ఉషః' దేవతగా గల ప్రత్యేక వేదసూక్తాలు కూడా కొన్ని ఉన్నాయి.

<u>ఎనిమా (వస్తి) :</u> యోగవ్యాయామం, నడకవల్ల కూడా సాఫీగా విరేచనం కాకపోతే ఒక లీటరు గోరువెచ్చని నీటితో ఎనిమా చేసుకుంటే తప్పక విరేచనం అవుతుంది. మలం మెత్తబడి ప్రేగులలో కదలిక కలిగి కొద్ది సేపటిలోనే సాఫీగా 1,2 విరేచనాలవుతాయి. కాని, అది అలవాటుగా మారకూడదు. ఆహార విహారాలలోని లోపాలను గుర్తించి సరిచేసుకోవటమే మలబద్ధకానికి సరియైన పరిష్కారం.

<u>అభ్యంగన స్నానం :</u> శరీరాని కంతటికి నువ్వులనూనె పట్టించుకొని, మర్దన చేసుకొని అనంతరం నలుగుపిండి లేదా ముడిపెసల పిండిని కొద్దిగా నీరు కలిపి పేస్టుగా

చేసుకొని శరీరాని కంతా రాచుకొని 2,3 నిముషాలు ఆగి నలుగు పెట్టుకొని గోరువెచ్చని నీటితో స్నానం చెయ్యటాన్ని అభ్యంగన స్నానం అంటారు. ఇది చర్మ ఆరోగ్యానికి, సౌందర్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. వీలైనంత వరకు సబ్బులు వాడకుండా ఉంటేనే మంచిది. ముతక నూలు (Cotton) తుండుతో తుడుచు కుంటే చాలు. సబ్బులలోని కాస్టిక్ షోడా చర్మానికి హాని చేస్తుంది. తైల గ్రంథులకు, రోమకూపాలకు, స్వేదరంధ్రాలకు కీడు చేస్తుంది.

<u>ఆవిరిస్నానం :</u> దీని విధానం మీ యింట్లోని పెద్దలను, వృద్ధులను అడిగి తెలుసుకోండి. దానితో బాటు ముందుగా కొద్ది నూనెతో మర్దన చేసుకోవటం మంచిది. ఆవిరి పట్టుకునే ముందు కడుపునిండా నీరుత్రాగాలి. తల బయటనే ఉంచుకొని ఒంటికంతా గొంగళి కప్పుకోవాలి తలపైన చల్లటి గుడ్డ వేసుకోవటం మంచిది.

ఇది స్థూలకాయులకు, శ్లేష్మ తత్త్వం గలవారికి చాలా మేలుచేస్తుంది. చాలా శారీరక మలాలు కరిగి బయటకు వెళ్ళిపోతాయి. శరీరం చాలా తేలికగా ఉత్సాహంగా ఉంటుంది.

<u>ఆచమనం :</u> అల్పాహారం లేదా భోజనం చేసేముందు కొద్దిగా (1 చెంచా అంత) జలాన్ని కుడి అరచేతి గుంటలో పోసుకొని పెదవులతో పీల్చినట్లుగా త్రాగాలి. మంత్రపూర్వక ఆచమన క్రియవల్ల ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనమేకాక ఆరోగ్య ప్రయోజనం కూడా ఉంది. ముఖ్యంగా ఇది జీర్ణ మండలం పొడవునా జరిగే క్రిమిచలనానికి (Peristaltic motionకి) దోహదం చేస్తుంది. దానివల్ల జీర్ణ గ్రంథులలో ప్రేరణ కలుగుతుంది. ఆహారం చక్కగా జీర్ణమై మలవిసర్జన చక్కగా జరుగుతుంది.

ప్రఖ్యాత ప్రకృతి వైద్యులు డా. మేక్‌ఫెడన్ గారు ఈ విషయాన్ని గుర్తించి వెలుగులోనికి తెచ్చారు. తమ చికిత్సలో ఆచమనాన్ని ఒక భాగంగా చేసుకున్నారు యూరోపియన్లతో కూడా ఆచమన క్రియ చేయించేవారు. కేవలం ఆహారం తీసుకునే ముందేకాక అప్పుడప్పుడు ఆచమన క్రియ చేస్తూ ఉండటం మంచిదన్నారు. మన పెద్దలైతే మూత్ర విసర్జనానంతరం అల్పాచమనం, మలవిసర్జనానంతరం అధికాచమనం కూడా చెయ్యాలన్నారు.

6. ఓం అప్సుమే సోమో అబ్రవీత్ అంతర్విశ్వాని భేషజా।
అగ్నిం చ విశ్వ శంభువమ్॥ - ఋగ్వేదం (10-9-6)

సరళార్థం : నీటిలో సమస్తరోగాలను నివారణ చేయగల శక్తులున్నాయని సోముడు (సౌమ్యగుణంగల పరమేశ్వరుడు) అన్నాడు. విశ్వశంభువాగ్ని (విశ్వాని కంతటికి మేలు చేసే అగ్ని) కూడా ఉన్నదన్నాడు.

వైజ్ఞానిక వివరణ : 5వ మంత్రంలో చెప్పుకొన్నట్లుగా జలం ఔషధంగా ఉపయోగపడుతుంది. ఇంతేగాక, సమస్త తరుణ దీర్ఘ వ్యాధులను కూడా నయం చెయ్యగలుగుతుంది. జపాన్, జర్మనీ దేశీయులు వేదాల వైశిష్ట్యాన్ని గుర్తించి కొన్ని వేద సంహితలను, కొందరు వేదపండితులను సాదరంగా తమ దేశానికి తీసుకువెళ్ళారు. వేదాలలోని వైజ్ఞానికతను గురించి అధ్యయన మనన చింతన పరిశోధనలు చేశారు. అందుచేతనే వారు సాంకేతికరంగంలో విశ్వవిఖ్యాతిని పొందారు. జర్మన్ దేశీయుడైన డా.లూయిస్ కూహ్నే మహాశయుడు జలంతో కటిస్నానం (Hip Bath) లింగస్నానం (Sitz Bath) అనే రెండు అద్భుతమైన చికిత్సలను రూపొందించారు. వాటితో అనేక దీర్ఘరోగాలను నయంచేసి ప్రపంచానికి చూపించారు. దానితో ప్రపంచం ప్రకృతి చిత్సను ఒక తెరపీగా గుర్తించింది. వారి మార్గంలో పరిశోధనలు చేసి డా. యడాల్ఫ్‌జస్ట్, డా.లిండ్లహార్ మొదలైన వారు జలంతో మరికొన్ని చికిత్సా పద్ధతులను రూపొందించారు. దానిపై తత్త్వ శాస్త్రాలను (Phylosphy of Nature Cure) కూడా వ్రాశారు. అనంతరం క్రమంగా ప్రకృతి వైద్య కళాశాలలు తయారయ్యాయి. మహాత్మా గాంధీ గారికి ప్రకృతి వైద్యం చాలా ప్రియమయినదయ్యింది. ఖర్చులేని వైద్యంకదా! అని వారు దానిని ప్రోత్సహించారు.

ఇక జలంలోగల గల విశ్వశంభువాగ్ని గురించి ఆలోచించవలసి ఉంది. పరిశోధించవలసి ఉంది.

7. ఓం ఆపః పృణీత భేషజం వరూథం తన్వే మమ।
జ్యోక్ చ సూర్యం దృశే॥ - ఋగ్వేదం (10-9-7)

సరళార్థం : జలం ఔషధాన్ని తెస్తుంది (కలిగిస్తుంది). నా శరీరానికి వరణీయ

సౌందర్యాన్ని కలిగిస్తుంది. దీర్ఘకాలం సూర్యుణ్ణి దర్శింప చేస్తుంది. ఆరోగ్య వంతమైన దీర్ఘజీవనాన్నిస్తుంది.

8. ఓం ఇదమాపః ప్రవహత యత్కించ దురితం మయి।

యద్వాహ మభి దుద్రోహ యద్వా శేప ఉతానృతమ్॥ - ఋగ్వేదం (10-9-8)

<u>సరళార్థం :</u> నేను చేసిన దురితాలను - దుష్టకర్మలను, ఇతరుల యెడ చేసిన ద్రోహాలను, ఇతరులకు పెట్టిన శాపాలను (తిట్లను) నీరు తనలో దాచుకొని కాలాంతరంలో (దుష్టకర్మలు పరిపక్వమైనపుడు) అందుకు తగిన వ్యాధులను, బాధలను కలిగిస్తుంది.

9. ఓం ఆపో అధ్యాన్వ చారిషం రసేన సమగస్మహి ।

పయస్వానగ్న ఆగహి తం మా సంసృజ వర్చసా॥ - ఋగ్వేదం (10-9-9)

రసయుక్తమైన జలము మాకు ప్రాప్తింపజేయుచున్నావు. నీవు అత్యంత న్యాయకారివి. నీకు మా వందనములు.

చివరి 3 మంత్రాలకు నా రచన "వేదాలలో జల చికిత్సా విజ్ఞానము" చూడగోరుచున్నాను.

"సర్వే సంతు నిరామయాః" - మీరంతా రోగరహితులు అగుదురు గాక !

'ఆచమన' క్రియ ఎందుకు? ఏ మంత్రంతో చెయ్యాలి? ఏమి లాభం?

ఆచమనం చేసి వైదిక కర్మలు ఆచరించటం అనాదిగా వస్తున్న ఆచారం. <u>'ఆచాన్తే కర్మ కురు'</u> అని శాస్త్రవచనం. దీనివల్ల కొన్ని ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనాలు, కొన్ని భౌతిక ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనాలను గురించి శతపథ బ్రాహ్మణం ఒక చక్కటి వివరణ ఇస్తుంది. అది ముందుగా తెలుసుకుందాము.

యాజ్ఞవల్క్య మహర్షి యజుర్వేదంలోని యజ్ఞ ప్రకరణాన్ని వివరించటానికి 'శతపథబ్రాహ్మణ' మనే పేరుతో ఒక బృహత్ గ్రంథాన్ని వ్రాశారు. ఆ గ్రంథం ఆచమనక్రియ వివరణతోనే ప్రారంభమౌతుంది. ఆ ఋషి ఏమన్నారంటే-

వ్రతముపైషన్। అన్తరేణాహవనీయం చ గార్హపత్యం చ

ప్రాఙ్ తిష్ఠన్నపః ఉప స్పృశతి, తద్యదప ఉపస్పృశత్య మేధ్యోవై

పురుషో యదనృతం వదతి, తేనపూతి రన్తరతో మేధ్యా వా అపో మేధ్యో భూత్వా వ్రతముపాయానీతి, పవిత్రం వా అపః పవిత్రపూతో వ్రతముపయానీతి తస్మాద్వా అప ఉపస్పృశతి ॥

– శతపథ బ్రాహ్మణం (1-1-1-1)

అగ్నిహోత్ర వ్రతధారణ చేయగోరువ్యక్తి (యజమానుడు) ఆహవనీయ గార్హపత్య అగ్నుల మధ్య పూర్వాభిముఖుడై ఆచమనం చెయ్యాలి. ఎందుకనగా – మానవుడు అనృతము పలుకుటవలన అపవిత్రుడగును. అందుచే పవిత్రుడగుటకు ఆచమనం చెయ్యాలి. నీరు పవిత్రమైనది. కనుక పవిత్రమైన నీటిని లోనికి గ్రహించి పవిత్రుడై వ్రతధారణ చెయ్యాలి. వైదిక యజ్ఞయాగాది క్రియలు ప్రారంభించాలి.

అగ్నిహోత్రం పక్షపాతం లేకుండా ప్రాణులన్నిటికి మేలుచేసే పవిత్ర కార్యం. "**సవితా ప్రార్పయతు శ్రేష్ఠతమాయ కర్మణ** – సర్వాంతర్యామియైన సవితా దేవుడు మమ్ము శ్రేష్ఠతమ కర్మలు చేయుటకు ప్రేరేపించునుగాక" అని సంకల్పించుకోమంటుంది, యజుర్వేద మొదటి మంత్రం. ఈ వేద వాక్యాన్ని మరింత స్పష్టంచేస్తూ యాజ్ఞవల్క్యమహర్షి "**యజ్ఞో వై శ్రేష్ఠతమం కర్మ** – దేవయజ్ఞమైన అగ్నిహోత్రమే శ్రేష్ఠతమకర్మ" అన్నారు. అట్టి శ్రేష్ఠతమ కర్మను ఆచమనం చేసి – వ్రతధారణ చేసి ఆరంభించమన్నారు.

వ్రతం అంటే తనకై తానుగా వరించి స్వీకరించే సత్కార్యం. తనకు, ఇతరులకు మేలు కలిగించే మంచి పనులు. ఇట్టి వాటినే యజ్ఞాలు అంటాయి మన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాలు. అట్టి యజ్ఞాలలో బ్రహ్మ దేవ పితృ బలివైశ్వదేవ అతిథి యజ్ఞాలను పంచ మహాయజ్ఞాలుగా ఋషులు పేర్కొన్నారు. వీటిలోని రెండవదైన దేవయజ్ఞమే అగ్నిహోత్రం. దీనివల్ల ప్రాకృతిక దేవతలన్నీ పూజింపబడతాయి, సంస్కరింపబడి శుద్ధమౌతాయి కనుక దీనికి దేవయజ్ఞమనే పేరు వచ్చింది. ఈ దేవయజ్ఞంలోనూ చాలా రకాలు ఉంటాయి. వాటిని మూడు వర్గాలుగా నిత్యయజ్ఞం (దైనిక యజ్ఞం) నైమిత్తిక యజ్ఞాలు (పౌర్ణమి, అమావాస్య, వివిధ పండుగలలో చేయవలసినవి, షోడశ సంస్కారాలలో చేయవలసినవి మొదలగునవి వస్తాయి), కామ్యయజ్ఞాలు (వర్షేష్టి, పుత్రకామేష్టి, రాజసూయ, అశ్వమేధాది యజ్ఞాలు వస్తాయి).

మహా భారత యుద్ధానికి పూర్వం ప్రతీ యింట అగ్నిహోత్రం చెయ్యటానికి అనుకూలంగా ఒక గదిని ఏర్పాటు చేసుకునే వారట. అందులోనూ 3 యజ్ఞకుండాలు కట్టి ఉండేవట. వాటికి గార్హ పత్య, ఆహవనీయ, దక్షిణాగ్ని కుండాలని పేర్లు పెట్టారు. వీటిలో ఆహవనీయ గార్హపత్యాగ్ని కుండాల మధ్య పూర్వాభిముఖుడై కూర్చుండి ముమ్మారు ఆచమనం చేసి అగ్నిహోత్రం ప్రారంభించాలని యాజ్ఞవల్క్యమహర్షి అభిప్రాయం. నేటి కాలంలో అది సాధ్యపడదు కనుక రాగి లేదా ఇనుపరేకుతో చేసిన చిన్న యజ్ఞకుండం చేయించుకొని, దానిని అనుకూలమైన చోట ఏర్పాటు చేసుకుంటూ ఉండవచ్చు. అట్టి యజ్ఞకుండానికి పడమరవైపు తూర్పు ముఖంగా కూర్చుని ఆచమనం చెయ్యవచ్చు.

సామాజిక జీవనంలో సామాన్య మానవులమైన మనం అప్పుడప్పుడు కొన్ని చిన్న చిన్న అసత్యవచనాలు పలుకవలసి వస్తున్నది. ఉదా : ఎవరైనా మొండిరకం అప్పుకోసం వస్తే నా దగ్గర డబ్బులేదంటాము, మనం ఏదైనా ముఖ్యమైన పనిలో నిమగ్నమై ఉన్నప్పుడు ఎవరైనా స్నేహితులు వచ్చి 'ఏదో పనిలో ఉన్నారా?' అంటే - 'అబ్బే ఏమీ లేదు' అనేస్తాం. మొహమాటంతో కొన్ని, భయంతో కొన్ని అసత్యాలు పలుకుతాము. అట్టివాటితో మన వాక్కు మనస్సు కొంత అపవిత్రం అవుతాయి. స్నానం చేయటం వల్ల శరీరం శుభ్రమైనట్లే, ఆచమనక్రియవల్ల వాక్కు మనస్సు కొంత శుద్ధమౌతాయి. కుడి అరచేతి చూపుడు వ్రేలు ముడిచి బ్రొటన వ్రేలితో పట్టుకుంటే అరచేతిలో చిన్న గుంట (పల్లం) ఏర్పడుతుంది. దానిలో ఉద్ధరిణడు నీళ్ళు తీసుకుని పెదవులతో నెమ్మదిగా లోపలకు పీల్చుకుంటే నోరు, స్వరపేటికల ద్వారా హృదయప్రాంతం వరకు అవి ప్రవహిస్తాయి. నోటిని, స్వరపేటికను పవిత్రపరచి హృదయస్థ మనస్సును కూడా శుద్ధం చేస్తాయి. వాటలో తేమను, చల్లదనాన్ని కలిగించి ముందు చదువబోయే మంత్రపాఠానికి అనుకూలం చేస్తాయి. మనస్సును శాంతపరుస్తాయి. ఆ దైవకార్యంపై శ్రద్ధను, ఏకాగ్రతను కలిగిస్తాయి. ఇదీ సంక్షిప్తంగా ఆచమన క్రియవల్ల కలిగే ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనం.

ఆచమనం - భౌతిక ప్రయోజనం

మన జీర్ణకోశమండలం నోటినుండి మొదలై గుదస్థానం వరకు

(Rectum) సుమారు 22 అడుగుల పొడవుంటుంది. మనం తిన్న ప్రతీ ముద్ద జీర్ణరసాలను కలుపుకుంటూ, ఆహారసారాన్ని (Lymph ను) రక్తంలో కలుపుతూ, మిగిలిన పిప్పిని మలంగా విసర్జిస్తుంది. ఈ 22 అడుగుల పొడవునా కండరాలలో క్రిమిచలనం (Peristaliti action) ఉంటుంది. ఆ చలనం 'ఆచమన' క్రియద్వారా ప్రేరేపింపబడుతుంది - Activate అవుతుంది. జఠర రసగ్రంథులు, ఆంత్రరస గ్రంథులు చైతన్యవంత మౌతాయి. ఆ చలనం పెద్ద ప్రేగుల వరకు ప్రేరేపింపబడి మలవిసర్జనకు సహకరిస్తుంది.

ఇది గుర్తించిన ప్రఖ్యాత ప్రకృతి వైద్యులు డా. మేక్‌ఫడన్ (Dr. Macfadon) జర్మనీ వాస్తవ్యులు తమ రోగులచే దినమునకు 5 నుండి 10 పర్యాయాలు ఆచమనం చేయించేవారు. దానితో రోగుల మలబద్ధము (Constipation) దూరం కావటం, ఆకలి పెరగటం జరిగింది. "భోజనానికి ముందు ఆచమనం చేయాలి" అని మన శాస్త్రాలు చెబుతాయి. ఇంతేకాక, మన పూర్వులు మూత్రవిసర్జనానంతరం కాళ్ళు చేతులు ముఖం కడుగుకొని ఆచమనం చేసేవారు. దానిని వారు "అల్పాచమనం" అనేవారు. మలవిసర్జనా నంతరం "అధికాచమనం" (ఎక్కువనీటితో) ఆచమనం చేసేవారు. మా తాతగారు "అల్పాచమనానికి పోయి రావా"లనేవారు. అంటే - మూత్ర విసర్జనకని మేము అర్థం చేసుకునేవారము. దానితో శరీరంలో నీటిశాతం తగ్గకుండా ఉండేది. జీర్ణ మండలంలో చైతన్యం కలుగుతూ ఉండేది. యజ్ఞాది వైదిక కర్మల ముందు ఆచమన క్రియవల్ల గొంతులోని కఫాదులు తొలగిపోయి తదుపరి చదివే మంత్రపాఠానికి అనుకూలంగా ఉంటుంది. కొంత తేమ ఏర్పడటంవల్ల మంత్రపాఠం మధురంగా ఉంటుంది.

ఆచమనం ఏ మంత్రంతో చెయ్యాలి ?

నేటి ఆధ్యాత్మిక జగత్తులో శ్రౌతాచమనం, స్మృత్యాచమనం (స్మార్తాచమనం), ఆరణ్యక శ్రుత్యుక్త శ్రౌతాచమనం, పురాణాచమనం మొదలైన 4,5 రకాల ఆచమన ప్రక్రియలున్నాయి. వీటిలోనూ ఋగ్వేదీయ, యజుర్వేదీయ సామవేదీయాలనే ఉపవిభాగాలు కూడా ఉన్నాయి. అవి ఎన్ని ఉన్నా మనం తరచుగా పురాణాచమన మంత్రాలే వింటూ ఉంటాము. అవి ఈ విధంగా ఉంటాయి.

1) ఓం కేశవాయ స్వాహా

2) ఓం నారాయణాయస్వాహా

3) ఓం మాధవాయ స్వామా

అని చదువుతూ మూడు మార్లు ఆచమనం చేయిస్తారు. తరువాత వరుసగా శ్రీకృష్ణుని గుణగణాలను తెలిపే 20 నామాలను పలికి చివరగా హరయే "శ్రీ కృష్ణాయ నమః" అంటారు. పుస్తకాలలో అయితే మిగిలిన 21 నామాలతో ఇంద్రియ స్పర్శ, మార్జనాదులు చేసుకోవాలని వ్రాసి ఉంటుంది కాని వాటిని పురోహితులు చేయించరు. బహుశః వారికి సమయం సరిపోక పోవచ్చు.

పరిశీలించి చూస్తే పై వాక్యాలన్నీ మన ఆదర్శపురుషుడు శ్రీ కృష్ణుని నామాలేకాని మంత్రాలు కావు. ప్రాచీన ఋషుల వాక్యాలు కూడా కావు. ఎవరో సామాన్య సంస్కృత పండితులు వ్రాసిన వాక్యాలు. మరి, శ్రీ కృష్ణుడు ఎప్పటివాడు? ఈ సప్తమ వైవస్వత మన్వంతరంలోని 28వ ద్వాపరయుగం చివరలో జన్మించినవాడే కదా! ఆయన కేవలం 5,000 సంవత్సరాల పూర్వం వాడే కదా! అంతకు పూర్వం లక్షల కోట్ల సంవత్సరాలు గడచినవి కదా? వారే మంత్రాలతో ఆచమనం చేసేవారు?

వైదిక ఆచమన మంత్రాల విశిష్టత

మహర్షి దయానందుల కాలం (1824-1883) నాటికి లోకంలో వైదిక ఆచమన మంత్రాలు కూడా అనేక రకాలుగా ఉండేవి. ఋగ్వేదీయులు ఒక రకంగా, యజుర్వేదీయులు ఒకరకంగా, సామవేదీయులు మరొకరకంగా ఆచమన మంత్రాలు ఏర్పరచుకున్నారు. ఉదయ మధ్యాహ్న సాయింత్ర సంధ్యావందనంలోనూ ఆచమన మంత్రాలు వేరువేరుగా ఉన్నాయి. ఇవి యిప్పటికీ అట్లే కొనసాగుతున్నాయి. వీటిలో శైవ వైష్ణవాది సంప్రదాయాలవారు, వారి వారి సంప్రదాయాలకు అనుగుణంగా, వేరు వేరుగా మంత్రాలు సంకలనం చేసుకున్నారు. ఈ మధ్య గీతా ప్రెస్ గోరఖ్‌పూర్ వారు తెలుగులో ప్రచురించిన "సంధ్యోపాసనవిధి" లో వీటిని చూడవచ్చు. అట్లే పం. సాత్వలేకర్ గారు, శ్రవావిళ్ళ వారి ప్రచురణలలో మరికొన్ని భేదాలు కనబడుతున్నాయి.

ఒకే వేదమతానికి చెందిన మనలో ఇన్ని రకాల కర్మకాండలు, ఆచమన మంత్రాలు ఉండటమేమని మహర్షి దయానందులవారు లోతుగా ఆలోచించారు. ప్రాచీన గృహ్యసూత్ర గ్రంథాలెన్నిటినో పరిశీలించి చూశారు. వివిధ కర్మకాండ గ్రంథాలను అధ్యయనం చేశారు. వాటిలోనూ అనేక భేదాలు కనబడ్డాయి. అందుచే హిందువులని వ్యవహరింపబడే ఆర్యులందరికి వర్తించే విధంగాను, మానవమాత్రులందరు అనుసరించ తగిన విధంగాను కర్మకాండను "సంస్కారవిధి" అనే పేరుతో ఒక చక్కటి గ్రంథంగా మహర్షి వ్రాసి ప్రచురించారు. అది ఒక సంకలన రచనయే కాని వారి కపోల కల్పితంకాదు. నాలుగు వేదాలను, గృహ్యసూత్రాలను, శ్రౌతసూత్రాలను బ్రాహ్మణ ఆరణ్యకాదులను, మనుస్మృతిని ప్రమాణాలుగా చూపిస్తూ వ్రాసిన ఒక సంకలన గ్రంథం. దానిని దయానంద గృహ్యసూత్రాలు అనవచ్చు.

దానిలో గర్భాదానం మొదలు అంత్యేష్టి సంస్కారం వరకు గల 16 సంస్కారాలలోనూ ఒకే విధంగా ఆచమన, అంగస్పర్శ మంత్రాలు వినియోగించాలన్నారు. చాతుర్వర్ణాలవారు, అన్ని సంప్రదాయాలవారు ఒకే విధివిధానాలను, మంత్రాలను అనుసరించాలని సూచించారు. అప్పుడే వైదిక సంస్కృతి ఏకరూపతను సంతరించు కొంటుందనీ, తద్వారా ఐకమత్యం సిద్ధిస్తుందనీ వారి ప్రగాఢ విశ్వాసం. ఇంతేగాక, భారతీయ సంస్కృతి హేతుబద్ధంగాను, వైజ్ఞానికంగాను ఉండి విశ్వమానవులకు ఆదర్శంగా ఉండగలదని వారి గట్టి నమ్మకం. "సా ప్రథమా సంస్కృతిః విశ్వవారా" అని కదా! సృష్టికర్త ప్రభోధం. ఇక మనం ఆ మంత్రాలను, వాటి అర్థాలను, వాటిలోని వైజ్ఞానికతను తెలుసుకుందాము.

పరమేశ్వర పరంగా అర్థం

1. ఓం అమృతోపస్తరణమసి స్వాహా (అమృత+ఉపస్తరణమ్+అసి స్వాహా)

ఓం= సర్వ సంరక్షక సర్వేశ్వరా! అమృత నామక ఓ పరమేశ్వరా! నీవు మాకు ఉపస్తరణంవలె – క్రింద పరచుకొను ఆసనమువలె ఉండి, మమ్ము కాపాడుచున్నావు. స్వాహా= ఈ కథనం సత్యం.

2. ఓం అమృతాపిధానమసి స్వాహా (ఓం అమృత+అపిధానమ్+అసి స్వాహా)

ఓ అమృత నామక పరమేశ్వరా! నీవు అపిధానమువలె పైన కప్పుకొన్న కండువావలె మా చుట్టూ ఉండి రక్షించుచున్నావు. ఇది సత్యం.

3. ఓం సత్యం యశః శ్రీర్మయి శ్రీః శ్రయతాం స్వాహా (అశ్వలాయన గృహ్య సూత్రాలు (1-24-22))

ఓ సర్వవ్యాపక సర్వేశ్వరా! నా యందు సత్యమును, యశస్సును - కీర్తిని, (శ్రీః+మయి) భౌతిక సంపదలను, శ్రీః= మోక్షసుఖమును శ్రయతాం= నా యందు ప్రవహింపజేసి స్థిరముగా నుంచుము.

<u>వివరణ :</u> సృష్టికర్త సర్వవ్యాపకుడు, అజరుడు, అమరుడు కనుక ఈ మంత్రాలలో 'అమృత' అని సంబోధింపబడినది. 'ఓం' అంటే - (అవ రక్షణే) సంరక్షకుడు (Guardian) అని అర్థం.

'స్వాహా' పదమునకు శాస్త్రాలలో చాలా అర్థాలు చెప్పబడ్డాయి. వాటిని సంక్షిప్త పరచి యాస్కమహర్షి తన నిరుక్త శాస్త్రంలో ఈ విధంగా నిర్వచించారు.

స్వాహే త్యత్ సు ఆహేతి వా, స్వావాగ్ ఆహేతి వా,

స్వం ప్రాహేతి వా, స్వాహుతం హవిర్జుహోతీతి వా (నిరుక్తం 8-20)

అంటే - 1. మధురమైన కళ్యాణకర ప్రియవచనములు.

2. ఆత్మలో మనస్సులో ఉన్న సత్యమునే పలుకుట.

3. తన పదార్థాలను, సంపదలను మాత్రమే తనవని చెప్పుట.

4. తన కష్టార్జితంతో కొన్న ఆవునెయ్యి, హవనద్రవ్యాలను లోకకల్యాణం కొరకు శ్రద్ధతో అగ్నిహోత్రంలో ఆహుతిగా వెయ్యటం. త్యాగం చెయ్యటం. సంక్షిప్తంగా చెప్పాలంటే సత్య నిష్ఠాపూర్వక త్యాగాన్ని సమర్పణ భావాన్ని 'స్వాహా' పదము సూచిస్తుంది.

ఇక్కడ ఆచమన ప్రకరణంలో శుద్ధజలాన్ని తన మనో వాక్కులను శుద్ధి చేసుకోవటానికి సుష్ఠుక్రియగా స్వాహాకారం పలకటం జరుగుతుంది. ఆ మంత్రాల అర్థం సత్యమని గ్రహించటం.

వినియోగపరమైన - జల పరమైన అర్థం

జలానికి యాస్కనిఘంటువులో 101 పర్యాయపదములు చెప్పబడ్డాయి. అంటే - వేదాలలో జలాన్ని అక్కడక్కడ 101 పేర్లతో పేర్కొనటం జరిగింది. అందులో 'అమృతమ్' అనే పదము ఒకటి. అది సృష్టి ఉన్నంతకాలం నశించకుండా ఉంటుంది. అంటే - రకరకాలుగా మార్పు చెందుతుందేకాని లేకుండా పోదు. అగ్నివల్లా, సూర్యతాపంవల్లా ఆవిరిగాను, మేఘాలుగాను మారినా మరల భూమిపైకే చేరుకుంటుంది. దీనిని ఆధునిక వైజ్ఞానికులంతా అంగీకరిస్తారు. వారు మొత్తం జలపరిమాణమెంతో కూడా లెక్కలు వేసి 126^{19} లీట్లర్లని చెబుతున్నారు. ఆ మొత్తం స్థిరంగా ఉంటుందంటున్నారు. కనుక మన వేదశాస్త్రాలు జలాన్ని అమృతమ్ (మృతముకానిది) అంటాయి.

మనం పూర్వ స్నానమంత్రాలలో చెప్పుకొన్నట్లుగా జలముతో అనేకరకాల చికిత్సలు చేసుకోవచ్చు. అందుచే దానికి - 'భేషజమ్' అని మరొక పేరు. అట్టి నీరు మనకు క్రింద (భూమిలోపల), పైన మేఘాలుగా, చుట్టూ (నీటియావిరిగా లేదా తేమగా) ఉంటుంది. కనుక ఈ ఆచమన మంత్రాలకు ఈ క్రింది విధంగా కూడా అర్థం చెప్పుకోవచ్చు.

<u>1. ఓం అమృతోపస్తరణమసి స్వాహా =</u> నీరు నాకు క్రిందివైపున ఆసనమువలె (భూగర్భజలంగా) ఉండి నన్ను కాపాడుచున్నది. ఇది సత్యం.

<u>2. ఓం అమృతాపిధానమసి స్వాహా =</u> నీరు నా చుట్టూ తేమగా, నీటియావిరిగా ఉండి నన్ను రక్షిస్తున్నది. ఇది సత్యం.

<u>3. ఓం సత్యం యశః శ్రీర్మయి శ్రీః శ్రయతాం స్వాహా =</u> హే సర్వసంరక్షకా! శుద్ధ జలమును ఆచమనం చేస్తున్న మేము నిన్ను ప్రార్థిస్తున్నాము. జలము మా మనోవాక్కాయాలను పవిత్రపరచి మాకు ఆయురారోగ్య ఐశ్వర్యాలను ప్రసాదించునట్లు అనుగ్రహింపుము. నీటితో బహుళ ప్రయోజనాలను పొందగల జ్ఞానమును మాకిమ్ము...

అని భావిస్తూ ఆచమన క్రియ చేయవచ్చును.

బ్రహ్మయజ్ఞంలో (సంధ్యావందనంలో) మాత్రం వేదమంత్రంతోనే :

లోకంలో ఆచమన క్రియలు, కర్మకాండలు పలురకాలుగా ఉన్నట్లే సంధ్యావందన పద్ధతులూ పలురకాలు. వాటినన్నిటిని పరిశీలించిన దయానంద మహర్షి బ్రహ్మయజ్ఞం అంతా వేదమంత్రాలతో ఉంటేనే బాగుంటుందని భావించారు. ప్రాచీన ఋషుల గ్రంథాలను పరిశీలించి అందులోని కల్పితాలను తొలగించి ఒక్క చక్కటి అర్థవంతమైన, హేతుబద్ధమైన సంధ్యావందన విధిని సంకలనం చేశారు. దానిలో అన్నీ ఈశ్వరీయమైన వేదమంత్రాలే ఉన్నాయి. అందు ఆచమనమంత్రం ఈ క్రింది విధంగా ఉంది.

ఓం శన్నోదేవీరభిష్టయ, ఆపో భవంతు పీతయే,

శం యోరభి స్రవంతు నః॥ – యజుర్వేదం (36-12)

వాక్యార్థం : శమ్ + నః +దేవీః + అభీష్టయే = దివ్యగుణయుక్తుడైన పరమేశ్వరుడు మా అభీష్టములను (కోరికలను) తీర్చునుగాక!

ఆపః+ భవంతు పీతయే = సర్వవ్యాపక ఆపః నామక సర్వేశ్వరుడు మాకు పూర్ణానందరూప ముక్తిని ప్రసాదించునుగాక!

శమ్ + యోః + అభిస్రవంతు నః = మాపై అన్నివైపులనుండి శుఖశాంతులను వర్షింపచేయును గాక!

వివరణ : 'ఆపః' అంటే వ్యాపించి ఉండేదని మూలార్థం (Root Meaning). వ్యాపకగుణం గల పదార్థాలలో మొట్టమొదటి లెక్కించ తగినవాడు పరమేశ్వరుడే. అతడు ఘన ద్రవ వాయు పదార్థాలలోనే గాక సూక్ష్మపదార్థాలైన ఆకాశ మనో బుద్ధులలోనూ వ్యాపించి ఉన్నాడు. ఇంతేగాక, జీవాత్మలమైన మనలో కూడా వ్యాపించి ఉన్నాడు. కనుక పై మంత్రంలో ఆపః పదమునకు పరమేశ్వరునిపరంగా అర్థం వ్రాయటం జరిగింది.

మనకు నిత్యావసరమైన నీటిలోనూ కొంత వ్యాపించే గుణం ఉంది. అది మట్టిలో ఇంకి వ్యాపిస్తుంది. గుడ్డలలోనూ, పప్పుకాయ ధాన్యాలలోను, వృక్షఫల పుష్పాదులలోను, మన శరీరాలలోను వ్యాపించి ఉంటుంది కదా! అందుచే సామాన్య నీటిని కూడా ఆపః అంటుంది వేదం. కనుక వినియోగపరంగా – "దివ్యగుణాలు

గల జలము మా అభీష్టములను సాధించుటకు సహకరించునుగాక! స్నానయోగ్యమగును గాక! అన్నివైపులనుండి మమ్ము రక్షించునుగాక!" అనియును అర్థం చెప్పుకోవచ్చును.

అంగస్పర్శ మార్జన క్రియలు అవసరమా ? ఏ మంత్రాలతో చెయ్యాలి ?

వైదిక కర్మకాండలో ఆచమనం తదుపరి అంగస్పర్శ మార్జన క్రియలు చెయ్యాలంటారు మన ఋషులు. దానివల్ల ఆయా అంగాలలో చైతన్యము, బలము, పవిత్రత రావటంతోబాటు అట్టి ఉత్తమాంగాలను సృజించి యిచ్చిన సృష్టికర్త ప్రార్థన కూడా జరుగుతుందంటారు. వీటినే పౌరాణికులు అంగన్యాస కరణ్యాసా లంటారు. వారు అప్పుడు చదివే మంత్రాలకు, క్రియలకు అసలు పొంతనే ఉండదు. మంత్రార్థాలు వేరుగాను, క్రియలు వేరుగాను ఉంటాయి. మహర్షి దయానందుల అనుయాయులైన వైదికులు - ఆర్యులు చేసే అంగస్పర్శ మార్జన క్రియలు అర్థవంతంగాను, హేతుబద్ధంగాను, క్రియకు తగిన ఋషివాక్యాలతోను ఉంటాయి. ఈశ్వరీయజ్ఞానమైన వేదం ప్రార్థన ఎలా చేసుకోవాలో కూడా సూచిస్తుంది. వివరాలకు "స్తుతి, ప్రార్థన, ఉపాసన" లో చూడండి. ప్రస్తుత విషయం గురించి వేదం ఏమంటుందంటే

"ఓం తనూపా అగ్నేஉసి తన్వం మే పాహి,
ఆయుర్దా అగ్నేஉస్యాయుర్ మే దేహి,
వర్చోదా అగ్నేஉసి వర్చో మే దేహి,
అగ్నే యన్మే తన్వా ఊనం తన్మ ఆపృణ ॥

- యజుర్వేదం (3-17)

వాక్యార్థం : (1) తనూపాః అగ్నే+అసి + తన్వమ్ మే పాహి - హే అగ్నే ! అనంత జ్ఞాన క్రియలుగల పరమేశ్వరా! నీవు మా తనువులను - శరీరాలను సృజించి పాలించి పోషిస్తున్న ఏకైక దేవదేవుడవు. కనుక కరుణించి మా శరీరాంగములను బలపరచి రక్షించుము.

(2) ఆయుర్దాః అగ్నే + అసి + ఆయుః + మే దేహి = ఓ అగ్నే ! నీవు ఆయువునిచ్చు విధాతవు. మాకు బలారోగ్యాలతో కూడిన దీర్ఘాయువునిమ్ము.

(3) <u>వర్చోదాః</u> + <u>అగ్నే</u> + <u>అసి వర్చః</u> + <u>మే దేహి</u> = ఓ అగ్నే ! నీవు జ్ఞానవిజ్ఞాన వర్చస్సుల నిచ్చు జ్ఞానదేవుడవు. మాకును విద్యా జ్ఞాన విజ్ఞానములను ప్రసాదింపుము.

(4) <u>అగ్నేయత్</u> + <u>మే తన్వాః</u> + <u>ఊనమ్</u> + <u>తత్</u> + <u>మే ఆపృణ</u> = హే అగ్నే ! "మా మనోవాక్కాయాలలోని లోపాలు నన్నిటిని పోగొట్టి జ్ఞానతేజస్సును నింపుము. మాలోని అవిద్య రాగ, ద్వేష అభినివేశాలను తొలగించి ఆత్మజ్ఞానాన్ని, స్వస్వరూప జ్ఞానాన్ని నింపుము. ధర్మార్థ కామ మోక్షములు - నాల్గింటిని పొంద సమర్థులను చేయుము" అంటుంది. ఇట్టి భావంగల మంత్రాలు వేదాలలో వందలకొలది ఉన్నాయి.

లక్షల జీవజాతులలో మానవజాతియే సర్వోత్తమ జాతి. మానవ శరీరంలో అంగాలన్నీ వికసించి ఉంటాయి. పంచ జ్ఞానేంద్రియాలు, పంచ కర్మేంద్రియాలు పూర్ణసామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంటాయి. వాటిని ఎవరు ఎంతగా ఉపయోగించుకుంటే అంతగా వారికి లాభం కలుగుతుంది. **'సాధనమున పనులు సమకూరు ధరలోన'** అని చెప్పినట్లు సాధన చేసేకొలది వాటి సామర్థ్యం పెరుగుతుంది. చల్లటి నీటితో వాటిని మృదువుగా స్పృశిస్తూ ఉంటే వాటిలో జాగరూకత (alertness) కలుగుతుంది. అంగస్పర్శ అందుకే చేయబడుతుంది. దానితోబాటు అర్థవంతమైన వాక్యాలతో దైవప్రార్థన చేసుకుంటే సృష్టికర్త సహాయం లభిస్తుంది. మనకు మంచి ప్రేరణ కలుగుతుంది. ఈ ఉద్దేశ్యంతోనే ఋషులు అంగస్పర్శ క్రియను రూపొందించారు. అందుకు అనుగుణంగా వాక్యాలను కూర్చారు. మరుగున పడిన ఆ వాక్యాలను మహర్షి దయానందులవారు వెలుగులోనికి తీసుకువచ్చి తాము సంకలనం చేసిన సంధ్యాగ్నిహోత్ర క్రియలలో చేర్చారు. అవి ఈ విధంగా ఉన్నాయి.

<u>విధానం :</u> ఆచమనం చేసిన తదుపరి ఒక ఉద్ధరిణడు నీటితో కుడిచేతిని శుద్ధిచేసుకొని, ఎడమ అరచేతిలో ఒక ఉద్ధరిణడు నీటిని పోసుకోవాలి. కుడిచేతి అనామికతో మధ్యమాంగుళ్లిని జోడించి (ఉంగరపు వ్రేలు + మధ్య పొడుగు వ్రేళ్లతో) ఎడమ అరచేతిలోని నీటిలో ముంచి ఈ క్రింది మంత్రాలతో ఆయా అంగాలను మృదువుగా స్పృశిస్తూ ఈ క్రియ చేయాలి.

అంగస్పర్శ మంత్రాలు - వాటి అర్థాలు

1) **ఓం వాక్ వాక్** = ('ఓం' అనే పదము ఎక్కడ వచ్చినా అది సర్వవ్యాపక సర్వ సంరక్షకునకే వర్తిస్తుంది. ఇక్కడ మనం సంక్షిప్తంగా 'ఓ సంరక్షకా!' అని అర్థం చెప్పుకుందాము)
హే సంరక్షకా ! మా వాగింద్రియాలను బలపరచి రక్షింపుము.

2) **ఓం ప్రాణః ప్రాణః** = ఓ రక్షకా ! మా ప్రాణశక్తిని బలపరచి రక్షింపుము.

3) **ఓం చక్షుః చక్షుః** = హే రక్షకా ! మా నేత్రములను బలపరచి రక్షింపుము.

4) **ఓం శ్రోత్రమ్ శ్రోత్రమ్** = హే రక్షకా ! మా శ్రవణేంద్రియములను బలపరచి రక్షింపుము.

5) **ఓం నాభిః** = హే రక్షకా ! మా జీర్ణమండలమును బలపరచి రక్షింపుము.

6) **ఓం హృదయమ్** = హే రక్షాకా ! మా హృదయమును బలపరచి రక్షింపుము.

7) **ఓం కంఠః** = హే రక్షకా ! మా కంఠమును బలపరచి రక్షింపుము.

8) **ఓం శిరః** = హే రక్షకా ! మా శిరస్సును బలపరచి రక్షింపుము.

9) **ఓం బాహుభ్యాం యశో బలమ్** = హే సంరక్షకా ! మా బాహువులలో యశస్సునిచ్చు బలమును ప్రసాదింపుము.

10) **ఓం కరతల కర పృష్ఠే** = హే రక్షకా ! మా అరచేతులను, వాటి వెనుక భాగములను రక్షించుము.

<u>వివరణ</u> : జంట పదములు వచ్చిన చోట ముందు కుడివైపు, తదుపరి ఎడమవైపు చల్లటి నీటితో ఆయా అంగములను స్పృశించాలి.

అగ్నిహోత్ర క్రియకు ముందు అంగస్పర్శ మంత్రాలు

1) **ఓం వాఙ్మ ఆస్యేఽస్తు** = హే సంరక్షకా ! నా నోటియందు వాగింద్రియం (మాట్లాడే శక్తి) జీవితాంతం నీ కృపవలన స్థిరముగా నుండుగాక !

2) **ఓం నసోర్మే ప్రాణోఽస్తు** = నాసికారంధ్రాలలో ఊపిరి పీల్చుకొను శక్తి స్థిరముగా నుండుగాక !

3) **ఓం అక్ష్ణోర్మే చక్షురస్తు** = నా నేత్రేంద్రియములందు చూడగల శక్తి స్థిరముగా

మండుగాక!

4) ఓం కర్ణయోర్మే శ్రోత్రమస్తు = నా కర్ణేంద్రియాలలో వినగల శక్తి స్థిరముగ నుండుగాక!

5) ఓం బాహ్వోర్మే బలమస్తు - మా బాహువులలో బలం స్థిరంగా నుండుగాక!

6) ఓం ఊర్వోర్మ ఓజోఽస్తు = నా తొడలలో ఓజస్సు (పరాక్రమము) స్థిరముగ నుండుగాక !

7) **ఓం అరిష్టాని మేఙ్గాని తనూస్తన్వా మే సహసంతు** = నా శరీరాంగములన్నీ రోగరహితములు, శక్తివంతములు అగునట్లు అనుగ్రహింపుము.

పై విధంగా చల్లటి నీటితో ఆయా అంగములను మృదువుగా స్పృశిస్తూ ప్రార్థన చేసుకుంటే పరమేశ్వరానుగ్రహం కలిగి అగ్నిహోత్రకార్యం నిర్విఘ్నంగా చెయ్యగల శక్తి మనకు లభిస్తుంది. ఇక మనం మార్జన మంత్రాలను గురించి తెలుసుకుందాము.

పరమేశ్వర ప్రార్థన పూర్వక మార్జన మంత్రాలు

'మార్జనం' అంటే పవిత్రం చేసుకోవటం. మన అంగాలు, ఇంద్రియాల బలంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంటేనే సరిపోదు. వాటితో మనం ఏ చెడ్డపనులు చెయ్యకుండ ఉండాలి. పవిత్రమైనవి, మనకు ఇతరులకు మేలు చేసే కర్మలనే చెయ్యాలి. అప్పు మనకు పుణ్యము, ఆత్మోన్నతి కలుగుతాయి. కనుక ఈ క్రింది మంత్రాలతో ఆ చ అంగాలపై చల్లని నీటిని చిలకరించుకోవాలి. కుడిచేతి మధ్య వ్రేలు, బొటన వ్రే కలిపి ఎడమ అరచేతి గుంటలోని నీటిలో ముంచి ఈ క్రియ చేయాలి. ఆచవ అంగస్పర్శ మార్జన క్రియలకు ముందు ఒక ఉద్ధరిణడు నీటితో కుడిచేతిని శు చేసుకోవాలి.

1) <u>ఓం భూః పునాతు శిరసి</u> = హే రక్షకా ! నీవు సత్ స్వరూపుడవు దయచేసి శిరస్సును, ఆలోచనలను పవిత్రం చేయుము.

2) <u>ఓం భువః పునాతు నేత్రయోః</u> = హే సంరక్షక ! నీవు భువః - జ్ఞాన స్వరూపు నీ కృపవలన నా రెండు నేత్రాలతో ధర్మవంతమైన దృశ్యములనే చూతును గా

3) <u>ఓం స్వః పునాతు కంఠే</u> = నీవు ఆనంద స్వరూపుడవు. నా కంఠము స

మధురమైన సత్యమైన వాక్కులే వెడలునట్లు అనుగ్రహింపుము.

4) <u>ఓం మహః పునాతు హృదయే</u> = హే రక్షకా! నీవు మహత్ పరిమాణము - అనంత పరిమాణము కలవాడవు. నా హృదయమును పవిత్రము, విశాలము చేయుము.

5) <u>ఓం జనః పునాతు నాభ్యామ్</u> = ఓ జగదుత్పాదక దేవా ! నా నాభిని - కడుపులోని అవయవాలనన్నిటిని పవిత్రం చేయుము. మావంతు ప్రయత్నంగా శుద్ధ సాత్విక ఆహారపానీయములనే సేవింతుము గాక !

6) <u>ఓం తపః పునాతు పాదయోః</u> = ఓ సృష్టి స్థితి ప్రలయాలను తపస్సును చేయు పరమేశ్వరా! మా కర్మేంద్రియాలైన కరచరణాలతో పరోపకారరూప పుణ్య కార్యాలనే చేయునట్లు అనుగ్రహింపుమ. వాటితో ఎవరినీ హింసించకుండునట్లు, బాధించకుండునట్లు ఉందుము గాక!

7) <u>ఓం సత్యం పునాతు పునః శిరసి</u> = ఓ సత్యస్వరూప పరమేశ్వరా ! మరొకసారి నా శిరస్సును పవిత్రపరచుమని ప్రార్థించుచున్నాను. మా ఆలోచనలు పవిత్రమైతే మా కర్మలు పవిత్రమౌతాయి. తద్వారా మాకు ఉన్నతి కలుగుతుంది.

8) <u>ఓం ఖం బ్రహ్మ పునాతు సర్వత్ర</u> : హే సర్వసంరక్షకా ! నీవు ఆకాశమువలె వ్యాపకుడవై ఉండు బ్రహ్మవు. అన్నిటికన్న గొప్పవాడవు, పెద్దవాడవు. కనుక సర్వత్ర అందరిని పవిత్రపరచి రక్షించుము. నీకివే మా శత సహస్రవందనాలు.

పై అర్థాలను మనస్సులో భావిస్తూ ఆ యా అంగాలపై చల్లని నీటిని చిలుకరించుకుంటే అర్థవంతంగా ఉంటుంది. ఆ యా అవయవాలలో జాగరూకత (Activeness) కలుగుతుంది. అస్తు - మనం అట్లే చేయుదుము గాక !

యజ్ఞోపవీతం పరమం పవిత్రం

విద్యాసదాచారాలు గల స్త్రీపురుషులంతా యజ్ఞోపవీతాన్ని ధరించి యజ్ఞమయ జీవితం గడపాలని మన వేద శాస్త్రాలన్నీ బోధిస్తాయి. అట్టివారిని ద్విజులుగా గుర్తిస్తారు. ద్విజులంటే రెండు పర్యాయాలు జన్మించినవారు. తల్లిగర్భం నుండి భూమిపైకి రావటం మొదటి జన్మ. ఇది అందరికి సామాన్యమే. గురుకులాలనుండి లేదా విద్యాలయాల నుండి స్నాతకులైనవారంతా రెండవ సారి జన్మించినవారే. అంటే - వారంతా విద్యాగర్భం నుండి మరొక సారి జన్మించినట్లు గుర్తించాలంటారు మన ఋషులు.

అట్టి ద్విజులు మూడు రకాలుగా ఉంటారు. అందు మొదటివర్గం బుద్ధిజీవులు. వీరు విశేష జ్ఞానంతో అధ్యాపన అధ్యయన కార్యాలు, యజ్ఞయాగాది కార్యాలు చేస్తూ తోటిమానవులకు విద్యా సదాచారాలను, ధర్మాధర్మాలను, కర్తవ్యాకర్తవ్యాలను బోధిస్తూ ఆదర్శవంతమైన తాపసిక జీవితం గడిపేవారు. వైద్యులు, ఇంజనీయర్లు, అధ్యాపకులు, కళాకారులు, మంత్రులు, రాయబారులు, పరిశోధకులు, కవులు, రచయితలు మొదలైన బుద్ధితో పనిచేసే వారు కూడా ఈ మొదటి వర్గంలోకి వస్తారు. ఇట్టి వర్గాన్ని 'బ్రాహ్మణులు' అని మన శాస్త్రాలు పేర్కొంటాయి.

రెండవవర్గం బాహుబల సంపన్నులు. వీరు రాజులుగా సేనా పతులుగా, శాంతి భద్రతలను పరిరక్షించేవారుగా ఉంటూ దేశాన్ని రక్షిస్తూ ఉంటారు. విదేశీ ఆక్రమణలను, దేశాంతర్గత దేశ ద్రోహులను, అణచివేస్తూ ప్రజలను, ఆస్తులను కాపాడుతూ ఉంటారు. ఇట్టి వారిని క్షత్రియులని పేర్కొంటాయి శాస్త్రాలు. మూడవ వర్గం వైశ్యవర్గం. వీరు దేశ ప్రజల అవసరాలను తీర్చటానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటారు. వ్యవసాయం, గో సంరక్షణ చేస్తూ ప్రజల ఆకలి బాధను తీరుస్తూ ఉంటారు. వాణిజ్యం చేస్తూ ఆహార ఔషధాలను సామాన్య ప్రజలకు అందుబాటులోనికి తెస్తారు. ఆ ప్రాంతంలో దొరకనివాటిని దూర ప్రాంతాలనుండి, అవసరమైతే విదేశాలనుండి దిగుమతి చేసుకుని ప్రజల కందిస్తారు. పరిశ్రమలను స్థాపించి అవసరమైన వస్తువులను ఉత్పత్తి చేస్తారు. దేశావసరాలకు మించిన ఉత్పత్తులను విదేశాలకు ఎగుమతి చేసి దేశ సంపదను పెంచుతారు. ఇట్టి ప్రవృత్తి, సామర్థ్యం కలవారంతా వైశ్యవర్గం

లోనికి వస్తారు. ఈ మూడు వర్గాలవారికి విద్యకావాలి. కనుక వారు ఎంతో కొంత చదువుకున్న స్నాతకులై ఉండాలి. విద్యాగర్భం నుండి రెండవసారి పుట్టినవారై ఉండాలి. కనుక వీరిని ద్విజులని పేర్కొంటాయి శాస్త్రాలు. ఇట్టివారంతా యజ్ఞోపవీతాన్ని ధరించి పవిత్రంగా జీవించాలని ఋషులంటారు.

యజ్ఞోపవీతాన్ని ఈ క్రింది మంత్రాన్ని అర్థభావనతో పఠించి మెడలో మాలలా వేసుకొని, కుడి భుజాన్ని బయటకు తీసుకురావాలి. అంటే – యజ్ఞోపవీతం ఎడమ భుజంపై అడ్డంగా వ్రేలాడుతూ ఉండాలి.

యజ్ఞోపవీతం పరమం పవిత్రం, ప్రజాపతేః యత్ సహజం పురస్తాత్। ఆయుష్యమ్+అగ్ర్యం ప్రతిముఞ్చ శుభ్రం, యజ్ఞోపవీతం బలమ్+అస్తు తేజః॥

– పారశ్కర గృహ్యసూత్రాలు (2-2-10)

<u>యజ్ఞోపవీతం పరమం పవిత్రం</u> = "యజ్ఞాలను (అగ్నిహోత్ర పరోపకారాది శుభకర్మలను చేయుటకు ధరించే యజ్ఞోపవీతం (వ్రతసూత్రం) పరమ పవిత్రమైనది.

<u>ప్రజాపతేః+యత్ సహజం పురస్తాత్</u> = అది మనం తల్లిగర్భంలో ఉన్నపుడే ప్రజాపతియైన పరమేశ్వరునిచే బొడ్డుత్రాడుగా వేయబడిన సూత్రం.

<u>ఆయుష్యమ్+అగ్ర్యం</u> = అది మన ఆయువును పెంచుటకు జీవితంలో అగ్రగాములను చేయుటకు చాలా చక్కటి ప్రేరణను కలిగిస్తుంది.

<u>ప్రతిముఞ్చ శుభ్రం</u> = అది శుభకర్మలకు భిన్నమైన చెడుకర్మల నుండి విడిపించి శుద్ధులను చేస్తుంది.

<u>యజ్ఞోపవీతం బలమ్+ అస్తు తేజః</u> = అట్టి యజ్ఞోపవీతం నాకు తేజస్సునిచ్చు శారీరక బౌద్ధిక ఆత్మిక బలములను ప్రసాదించును గాక!" అనుకుంటూ మెడలో వేసుకోవాలి. అనంతరం కుడి చేయి బయటకు తీసుకురావాలి. ఈ క్రియకు ముందు, తరువాత కూడా ఆచమన, అంగస్పర్శలు చేసుకోవాలని ఋషులు నిర్దేశించారు.

యజ్ఞోపవీతంలో 3 ప్రోగులుంటే చాలు. ఇవి మూడూ మన భుజాలపై

మూడు ఋణాలున్నాయని గుర్తు చేస్తూ ఉంటాయి. మొదటి ప్రోగు పితృఋణాన్ని గుర్తుచేస్తుంది. కన్న తల్లిదండ్రులకు మనం ఋణపడి ఉంటాము. వారు మనక్కు గర్భంలో ఉన్నపుడూ, బాల్యం గడిపి యువావస్థ వచ్చేవరకు ఎన్నెన్నో సేవలు చేశారు కదా! కనుక, మనం వారు వృద్ధావస్థలో ఉన్నపుడు శరీర మనో ధనములతో వారికి అవసరమైన సేవలన్నీ చేసి పితృ ఋణం తీర్చుకోవాలి.

రెండవ ప్రోగు దేవ ఋణాన్ని గుర్తుచేస్తుంది. మన శరీరాలు పృథి వ్యాపస్తేజో వాయురాకాశాలనే పంచ భూతాలతో తయారయ్యాయి. ఇప్పటికీ మనం వాటితోనే మన జీవనయాత్ర సాగిస్తున్నాము. కనుక మనం నిత్యం ఉదయ సాయంవేళలలో సంధ్యావందనంతో బాటు అగ్నిహోత్ర కార్యంచేస్తూ పంచభూతాలనే దేవతల ఋణం తీర్చుకోవాలి.

మూడవ ప్రోగు ఋషి ఋణాన్ని గుర్తు చేస్తుంది. దీనిని సరళభాషలో 'జ్ఞాన ఋణం' అని చెప్పవచ్చు. మన ఇప్పటి జ్ఞానానికి తల్లి, తండ్రి, ఆచార్యులు, సాధు మహాత్ములు కారణంగా ఉంటారు. వారి ఋణం తీరాలంటే మన జ్ఞానాన్ని పిల్లలకు, విద్యార్థులకు జిజ్ఞాసువులకు బోధించాలి. ఋషుల గ్రంథాలు మనం స్వాధ్యాయం చేస్తూ ముందు తరాలకు బోధించాలి.

నేడు లోకంలో ద్విజులు 9 ప్రోగులు గల 3 ముడుల యజ్ఞోపవీతాన్ని ధరిస్తున్నారు. దీనికి కారణమేమంటే – స్త్రీలు యజ్ఞోపవీతాన్ని ధరించకూడదు కనుక భార్యముడిగా ఒకటి, పై ఉత్తరీయానికి బదులుగా మరొకటిగా 3 ముడులు (9ప్రోగులు) ధరిస్తున్నామని పురుషులంటున్నారు. ఇది హేతుబద్ధంగాను, శాస్త్ర సమ్మతంగాను లేదు. పురుషులకున్నట్లే స్త్రీలకును 3 ఋణాలుంటాయి. కనుక స్త్రీలు కూడా యజ్ఞోపవీతాన్ని ధరించాలని ఋషులు శాస్త్రాలలో వ్రాసిపెట్టారు. కౌసల్య, సీత, వాలిభార్య తారా మొదలైన వారు వేదాధ్యయన సంధ్యాగ్ని హోత్రాలు చేసినట్లు ప్రాచీన చరిత్రలలో వ్రాసి ఉన్నాయి. ఇప్పటికీ స్త్రీ దేవతల పౌరాణిక షోడశోపచార పూజలలో 'యజ్ఞోపవీతం సమర్పయామి' అని అంటున్నారు కదా! కనుక, నిస్సంకోచంగా స్త్రీలు యజ్ఞోపవీతాన్ని ధరించవచ్చు. మూడు ఋణాలను తీర్చుకోవటానికి ప్రయత్నించవచ్చు.

యజ్ఞోపవీత ధారణ అవసరమా ?

అవసరమే. 'యజ్ఞోపవీతం' అనే పదములోనే గొప్ప అర్థం, భావం, ప్రేరణ ఉన్నాయి. యజ్ఞ+ఉప+వీతం = అనే మూడు పదముల కలయికతో 'యజ్ఞోపవీతం' పదము ఏర్పడింది. వీటిలో 'యజ్ఞ' అనే పదము చాల విశిష్టమైనది. వైదిక వ్యాకరణ ప్రణేత అయిన పాణినీ మహర్షి – "యజ – దేవపూజా సంగతికరణ దానేషు" అని అర్థం వ్రాశారు. అంటే – "దేవతలను పూజించటం, వస్తువులను లేదా వ్యక్తులను సంఘటిత పరచటం, తన కష్టార్జితాన్ని సత్పాత్రులకు దానం చెయ్యటం" అనే మూడు క్రియలకు ఈ పదము వర్తిస్తుందన్నారు.

జడదేవతలు, చేతన దేవతలు అని దేవతలు రెండురకాలుగా ఉంటారు. జడదేవతలంటే జ్ఞానంలేని దేవతలు. పరమేశ్వరుని ఈ అద్భుతాద్భుత సృష్టిలో ప్రాణులకు మేలు చేస్తున్న పంచభూతాలు, సూర్యచంద్ర నక్షత్రాది దివ్య పదార్థాలన్నీ జడదేవతలుగా కీర్తించబడ్డాయి. వీటికి జ్ఞానం లేకపోయినా ప్రాణులకు మేలు చేస్తున్నాయి కదా! వీటిని పూజించటమంటే – అగ్నిహోత్రంలో ఆవునేతిని, ఋతువులకు, కాలాలకు తగిన మూలికలను ఆహుతులుగా యివ్వటం. చేతన దేవతలంటే మానవులలో దేవతలు. తల్లి, తండ్రి, ఆచార్యులు, ఋషులు, సాధు మహాత్ములు ఈ వర్గంలోనికి వస్తారు వీరిని తగిన విధంగా సత్కరించటం చేతన దేవతల పూజ అవుతుంది. దేశంకొరకు, ధర్మంకొరకు వ్యక్తులను సంఘటిత పరచి ఉద్యమాలు చేయటం దేశసేవాయజ్ఞం అవుతుంది. శరీర మనో ధనములతో పరోపకారం చెయ్యటం దానయజ్ఞం అవుతుంది.

పై విధంగా సత్కర్మలు చేస్తూ యజ్ఞమయ జీవితం గడప దీక్ష వహించి మానవ జన్మను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ఋషుల అభిమతం. దీక్షా కంకణంగా యజ్ఞోపవీతాన్ని ధరించాలని భారతీయ సంస్కృతి చెబుతుంది. యుద్ధానికి బయలుదేరే వీరునికి భార్య లేదా తల్లి వీరకంకణం కడతారు. అట్లే, తల్లి దండ్రులు, పిల్లలకు యజ్ఞోపవీతాన్ని ధరింపచేసి తగిన గురువుల చెంతకు చేరుస్తారు. ఈ సంస్కారాన్నే శాస్త్రాలు ఉపనయన సంస్కారం అంటాయి. యజ్ఞోపవీతం అది పవిత్రంగా ఉంటూ మనను పవిత్రులను చేస్తుంది. ఈ భావాన్నే ఈ మంత్రం – "ఆయుష్యం అగ్ర్యం

ప్రతి ముఞ్చ శుభ్రం" సదాచారపరున్ని చేసి ఆయువును, అశుభకర్మలనుండి విడిపించి అగ్రేసరత్వాన్ని కలిగిస్తుందని చెబుతున్నది. కనుక ద్విజులంతా (విద్యావంతులంతా) యజ్ఞోపవీతాన్ని ధరించి సత్కర్మలు చేస్తూ జీవితాన్ని సార్థకం చేసుకోవటం ఉత్తమం. శుభమస్తు.

ప్రాణాయామం విశ్వభేషజం

పరమేశ్వరీయ జ్ఞానమైన వేదం ప్రాణాయామాన్ని విశ్వభేషజ మంటుంది. సృష్టికర్తయైన దేవదేవుడు ఆది మానవసృష్టి సమయంలోనే ఆది మానవులలో ఒకడైన అగ్నినామక ఋషి హృదయంలో ఋగ్వేదాన్ని ప్రకాశపరచాడు. అంటే దేవుడు సర్వాంతర్యామి కనుక ఆ ఋషి యొక్క బుద్ధిలోనూ వ్యాపించి ఉన్నాడు కనుక ఆ అగ్ని ఋషి బుద్ధిలో ఋగ్వేదం ప్రకాశింపబడింది. అట్టి ఋగ్వేదం ప్రాణాపాన వాయువుల గురించి ఏమంటుందంటే-

"ఓం ద్వావిమౌ వాతౌ వాత, ఆ సిన్ధోరా పరావతః,
దక్షం తే అన్య ఆ వాతు, పరాన్యో వాతు యద్రపః॥

- ఋగ్వేదం (10-137-2)

ఓ మానవులారా! మీ శరీరంలో రెండు రకాల వాయువులు వీచుచున్నవి. అందులో ఒకటి (ఆ సింధోః) హృదయప్రాంతం వరకు, ఊపిరి తిత్తుల వరకు పోవుచున్నది. రెండవది అక్కడ నుండి బయట వాయుమండలం వరకు వెడలుచున్నది. అందులో మొదటి దానిని (దక్షం ఆవాతు) బలముగా లోనికి పీల్చవలెను. రెండవది (యద్రపః) చెడ్డది కనుక బొగ్గుపులుసు వాయువును - (Carbondioxide) (పరావతు) బయటకు నెట్టి వేయవలెను" అంటున్నది. తదుపరి (10-137-3) మంత్రం-

"ఓం ఆ వాత వాహి భేషజం, వి వాత వాహి యద్రపః
త్వం హి విశ్వభేషజో, దేవానాం దూత ఈయసే॥

ఓ ప్రాణవాయువా! నాలోనికి ఔషధమును తెమ్ము. మరియు నాలోనున్న చెడుగాలిని, రోగక్రిములను, దోషాలను, మలాలను నాలో నుండి వెళ్ళగొట్టుము

నీవు నిశ్చయంగా విశ్వభేషజానివి. సమస్త రోగాలను పోగొట్టగల గొప్పమందువు. నీవు దేవతలందరికి దూతవుకూడా. మేము అగ్నిలో అర్పించు హవ్యములను ప్రాకృతిక దేవతలందరికి చేర్చు దూతవు. చరాచర ప్రాణికోటికిని ఆ హవ్యవాయువును చేర్చగల శక్తిశాలినివి. నిన్ను మేము చక్కగా వినియోగించుకొందుముగాక! అని సంకల్పించుకోమంటున్నది.

నేడు మనం వికసించిన విజ్ఞానయుగంలో ఉన్నాము కనుక ప్రాణాపానములను గురించి చిన్న తరగతులోనే చదువుకున్నాము. కాని, ఆదిమానవులకు ఈ విజ్ఞానం తెలిసింది వేదంద్వారానే. ఈ మంత్రాలకు "సప్త ఋషయ ఏకర్షాః" ఋషులుగా సంహితలలో వ్రాయబడింది. అంటే వేదకాలంనాటి ఋషులలో కొందరు ఈ మంత్రాలను గురించి మనన చింతన నిధిధ్యాసనలు చేయగా వారికి సమాధ్యవస్థ కలిగి ఈ మంత్రాల అర్థాలు అంతర్యామిద్వారా బోధపడ్డాయి. వారు ఆ విషయాలను సామాన్య ప్రజలకు తెలుపటమేకాక ప్రాణాయామ విధి విధానాలను బోధించారు. వారి పరిశోధనలలో వివిధ రకాలుగా ప్రాణాయామం చేయటంవల్ల వివిధ రకాల ప్రయోజనాలు కలుగుచున్నట్లు గుర్తించారు. ఆయువు పెరుగుతుందనీ, శరీరం బలపడుతుందనీ, చాలా రకాల రోగాలు నయమౌతున్నాయనీ తెలుసుకున్నారు. అందుచే ప్రాణాయామాన్ని సంధ్యావందనంలో ఒక భాగంగా చేశారు. ఇంతేగాక, ప్రాణాయామం మనస్సును వశపరచుకునే ఒక సాధనంగా గుర్తించి యోగాంగాలలో ఒక అంగముగా ఏర్పరచారు.

సంధ్యావందనమంటే – ఉదయ, సాయం సంధ్యా సమయాలలో సృష్టికర్తను స్మరించి కృతజ్ఞతలు తెలపటం. ఉత్తమోత్తమమైన మానవ జన్మను ప్రసాదించిన పరమేశ్వరునికి కృతజ్ఞతలు తెలపటం కనీస మానవధర్మం. అట్టి శరీరాన్ని బలపరచుకోవటానికి, ఎక్కువ కాలం ఇంద్రియ పటుత్వంతో జీవించటానికి ప్రార్థన చేస్తూ ప్రయత్నంగా ప్రాణాయామం చెయ్యాలని ఋషుల నిర్దేశం. మను మహర్షి ఏమన్నారంటే –

ఓం న తిష్ఠతి తు యః పూర్వాం నో పాసతే యశ్చ పశ్చిమామ్।
స శూద్రవద్ బహిష్కార్యః సర్వస్మాద్ ద్విజకర్మణః॥ – మానవస్మృతి (2–103)

"ఏ మానవుడు ఉదయ సాయం సంధ్యా సమయాలలో సంధ్యోపాసన చెయ్యడో అటువంటి వ్యక్తిని ద్విజత్వాన్నుండి బహిష్కరించి శూద్రునిగా - చదువురాని వానినిగా చూడాలి. సదాచారపరులైన ద్విజులనుండి, ద్విజకర్మలనుండి, ఆదర సత్కారాల నుండి వేరు చేయాలి. అప్పుడైనా అతడు పశ్చాత్తాపపడి సంధ్యావందన సదాచారాలను పాటిస్తా" దన్నారు.

ఆ మహర్షియే మరొకచోట (6-71లో) ప్రాణాయామంవల్ల భౌతికమైన ఆయురారోగ్యాలేకాక సూక్ష్మములైన ఇంద్రియ మనోబుద్ధులలో కూడా సానుకూలమైన మార్పు కలిగిస్తుందన్నారు.

శ్లో. దహ్యంతే ధ్మాయమానానాం ధాతూనాం హి యథా మలాః।

తథేంద్రియాణాం దహ్యన్తే దోషాః ప్రాణస్య నిగ్రహాత్॥

"సువర్ణాది ధాతువులు మూసలో అగ్నితప్తమై శుద్ధ మగునట్లు, ప్రాణనిగ్రహంవల్ల - ప్రాణాయామం వల్ల శరీరంలోని మలాలు, ఇంద్రియ, మనో, బుద్ధులలోని మలాలు దహింపబడి అవియును శుద్ధమౌతాయి. చెడు సంస్కారాలు, చెడు ఆలోచనలు, చపల చాంచల్యాదులు నశిస్తాయి" అన్నారు.

ఈ మాటలను పంచశిఖాచార్యులు మరికొంత వివరిస్తూ "**తపో న పరం ప్రాణాయామాత్, తతో విశుద్ధిర్+మలానాం, దీప్తిశ్చ జ్ఞానస్య** = ప్రాణాయామం కన్న శ్రేష్ఠమైన తపస్సు లేదు. దానివల్ల బుద్ధిలోని మాలిన్యాలన్నీ నశించి బుద్ధి విశుద్ధమౌతుంది. మరింత జ్ఞానం పొంది ప్రకాశిస్తు"ందన్నారు.

పై వేదవాక్కులను, మహర్షుల మాటలను ఇప్పుడు మనం వైజ్ఞానిక దృష్టికోణంతో వివేచన చేద్దాము. మన ఛాతీ భాగంలో గుండెకు ఇరువైపుల రెండు ఊపిరితిత్తులుంటాయి. అవి ద్రాక్ష గుత్తులవలె లోబులుగాను, లోబ్యూల్స్‌గాను ఉంటాయి. అవి మనం గాలి పీల్చుకున్నపుడు వికసిస్తూ వదిలినపుడు ముడుచుకుంటు ఉంటాయి. వాటన్నిటిలోనికి గాలిపోయి పూర్తిగా వికసిస్తే 4,500 నుండి 5,000 ఘన సెంటీమీటర్ల గాలి ప్రవేశించవచ్చు. కాని, అవి ఛాతీ ఎముకల గూటిలో బంధింపబడి ఉండటం వల్ల సాధారణంగా 500 ఘన సెంటీమీటర్ల గాలి మాత్రమే పోతూ వస్తూ ఉంటుంది. ప్రాణాయామం నిత్యం చేసేవారికి 600 ఘన సెం.మీ

పోయే అవకాశం ఉంటుంది.

మనం పీల్చే మంచి గాలిలో నైట్రోజన్ 79 పాళ్ళు, ఆక్సిజన్ 20 పాళ్ళు (%). కార్బన్‌డై ఆక్సైడ్ + ఇతరాలు 1% ఉంటాయి. వదిలే గాలిలో నైట్రోజన్ 79%, ఆక్సిజన్ 16%, కార్బన్‌డైఆక్సైడ్ 4% ఉంటాయి. అంటే ప్రతీ శ్వాసద్వారా మన శరీరంలోనికి 4% ఆక్సిజన్, 4% కార్బన్ డై ఆక్సైడు బయటకు పోతున్నది.

చాలాకాలం క్రిందటి విషయం. అంటే - కీ.శే. పండిత జవహర్‌లాల్‌నెహ్రూగారు ప్రధానమంత్రిగా ఉండే సమయంలో - ముంబాయి దగ్గరలోని లోనావాలాలో యోగా గురువు స్వామి కువలాయానందగారి అధ్వర్యంలో యోగా పరిశోధనాలయం ప్రారంభింపబడినది. (నెహ్రూగారు వీరివద్దనే యోగాసన ప్రాణాయామాలు నేర్చుకున్నారట). అప్పటికి లభించే ఆధునిక వైద్య పరికరాలతో ప్రాణాయమం చేసేటప్పుడు గుండె, ఊపిరి తిత్తులలోను మెదడులోను జరిగే మార్పులను గురించి అధ్యయనం చేశారు. వివిధ కండరాలలో బ్లడ్ ప్రెషర్ ఎలా ఉంది? కిడ్నీల పని తీరు ఎలా ఉంది. ప్రాణాయామం ముందు, తరువాత రక్తంలో ఉండే గ్లూకోజ్, యూరిక్ ఏసిడ్, కాల్షియం, పొటాషియంలలో కలిగే మార్పులను అధ్యయనం చేస్తూ 'యోగ మీమాంస' పేరుతో కొన్ని వాల్యూములుగా ప్రచురించారు. నేను భీమవరం ప్రకృతి ఆశ్రమంలో ప్రకృతి చికిత్సా విద్యార్థిగా ఉన్నపుడు అక్కడి గ్రంథాలయంలో అవి చూశాను. వాటి సారాంశ మేమంటే-

ప్రాణాయామం తరువాత అందరి రక్త పరీక్షలలోను ఎంతోకొంత ఆరోగ్యకరమార్పు కనబడింది. కొందరిలో ఎక్కువగాను, కొందరిలో తక్కువగాను ఈ మార్పు గమనించబడింది. ఉబ్బసం, క్షయ వ్యాధులు చాలా ఉపశమనం చెందాయి.

అనంతరం చాలామంది ఈ ప్రాణాయమంపై పరిశీలనలు చేశారు. వీరిలో ముఖ్యంగా శ్రీబాబా రాందేవ్‌గారి పరిశోధనలు పరిశీలనలు బహుళప్రాచుర్యాన్ని పొందాయి. వారు సూచించిన పద్ధతిలో ప్రాణాయామం చేసి వేలమంది ఆరోగ్యవంతులయ్యారు. కొందరు బాధలనుండి ఉపశమనం పొందారు. క్రమక్రమంగా వీరి పద్ధతి విదేశాలలో కూడా ప్రాచుర్యాన్ని పొందింది. నేడు ప్రపంచం భారతీయ

యోగవ్యాయామం, ప్రాణాయామాలను బాగా గుర్తించాయి. అందుచే మన ప్రధాని నరేంద్రమోదీగారి ప్రతిపాదనను సమర్థించి 2014 సంవత్సరంలో ఒక రోజున్న 'యోగా డే' గా కేటాయించటం మనకెంతో గర్వకారణం. శారీరక పరిశ్రమలేని ఉద్యోగాలు, వ్యాపారాలు, పనులు చేసేవారంతా తప్పకుండా కొంతసేపు యోగ వ్యాయామం చెయ్యటం మంచిది. దానితో బాటు ప్రాణాయామం కూడా చెయ్యండి. దానివల్ల ఆయువు కూడా పెరుగుతుంది. కేవలం ప్రాణాయామం ఒక్కటే రోజుకు, అరగంటసేపు చేస్తూవుంటే సంపూర్ణ శరీరానికి వ్యాయామంగా ఉంటుందంటున్నారు కొందరు పరిశోధకులు. ఎట్లంటే – ప్రాణాయామం చేస్తున్నప్పుడు ప్రతీ కండరంలోనికి రక్తం ధారాళంగా ప్రవహించిందట. దానితో ఆ యా కండరాలలోని కణాలకు ఆక్సిజన్ అందటం, అక్కడ తయారైన మాలిన్యాలు కార్బన్ డై ఆక్సైడ్, యూరిక్ యాసిడ్ మొ॥నవి. శిరలలోనికి పోవటం జరుగుతుంది. అందువల్ల ప్రాణాయామం ప్రతీకండరాన్ని శుద్ధి చేస్తున్నదనీ, వ్యాయామం వల్ల కూడా ఇదే జరుగుతుంది కదా! అని అంటున్నారు.

ప్రాణాయామాన్ని గురించిన మరికొన్ని విషయాలను తెలుసుకుందాము.

ప్రాణాయామం - ధ్యానసాధకం

మనం ఇంతకుముందు ప్రాణాయామం వల్ల కలిగే భౌతిక ప్రయోజనాల గురించి సంక్షిప్తంగా తెలుసుకోవటం జరిగింది. ఇప్పుడు ప్రాణాయామంవల్ల కలిగే ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనం గురించి సంక్షిప్తంగా తెలుసుకుందాము.

'యోగదర్శన' కర్తయైన పతంజలి మహర్షివారు ప్రతిపాదించిన అష్టాంగములలో ప్రాణాయామం నాల్గవది (4). నిజ జీవితంలో యమనియమాలను పాటిస్తూ, వారికి అనుకూలమైన సమయంలో యోగసాధన (ధ్యానసాధన) చెయ్యాలన్నారు. ఆ సమయంలో ముందుగా ఆసనబద్ధులై కొద్దిసేపు ప్రాణాయామంచేసి అనంతరం ప్రత్యాహార ధారణ, ధ్యానాలు చేస్తే మనస్సు అనుకూలమౌతుందన్నారు. పతంజలి మహర్షికన్న ఎంతో పూర్వమే – వేదాల ఆవిర్భావకాలంలోనే ప్రాచీన మహర్షులు ప్రాణాయామాన్ని సంధ్యలో ఒక భాగం చేశారు. ఆది స్మృతికర్తయైన మను మహర్షి తన గ్రంథంలో ప్రాణాయామాన్ని సంధ్యావందనాన్ని విడువవద్దంటూ కొన్ని హెచ్చరికలు చేశారు.

శ్లో॥ ప్రాణాయామా బ్రాహ్మణస్య త్రయోఽపి విధివత్ కృతాః।
వ్యాహృతి ప్రణవైర్యుక్తా విజ్ఞేయం పరమం తపః॥ - మానవ ధర్మస్మృతి (6-70)

(ఇచట బ్రాహ్మణుడంటే ద్విజుడని, విద్యావంతుడని అర్థం చేసుకోవాలి) ద్విజులు - విద్యావంతులు సంధ్యావందనంలో కనీసం మూడుసార్లైనా విధి పూర్వకంగా ప్రణవమును - ఓం ను జోడించిన వ్యాహృతులతో ప్రాణాయామం చెయ్యాలి. వివిధ తపస్సులలో ఈ ప్రాణాయామమే పరమ తపము (Best).

మహర్షి దయానందులవారు తమ 'సంస్కారవిధి' అనే గ్రంథంలో తైత్తరీయ ఆరణ్యకం (10-17) లోని వ్యాహృతులను గురించిన వివరణ యిచ్చారు. అవన్నీ ఏకేశ్వరుని వివిధ నామములే అన్నారు. అవి ఏవంటే -

1. ఓం భూః = ఓం నామక సర్వాంతర్యామీ! నీవు సత్ స్వరూపుడవు. ఉనికిగల (Existence గల) బృహత్తమ పదార్థానివి.

2. ఓంభువః = నీవు చిత్ స్వరూపుడవు. అనంతజ్ఞానము, అనంత శక్తి సామర్థ్యాలుగల జ్ఞానస్వరూపుడవు.

3. ఓం స్వః = నీవు ఆనంద స్వరూపుడవు. కించిత్‌మాత్రమైన దుఃఖస్పర్శలేని అఖండ సుఖస్వరూపుడవు.

4. ఓం మహః = నీవు మహత్ పరిమాణము కలవాడవు. అంతుబట్టని ఈ విశాల విశ్వమంతా నీలో ఏకపాదంగా (¼గా) ఒక మూలన పడివుంది.

5. ఓం జనః = ఓ దేవా! నీవు సకల జగదుత్పాదకుడవు. సర్వప్రాణులకు జనకుడవు నీవే. **"త్వంహి నః పితా వసో త్వం మాతా"** (ఋగ్వేదం 8-98-11).

6. ఓం తపః = హే సర్వసంరక్షకా! నీవు సృష్టిపాలనా తపస్వివి.

7. ఓం సత్యమ్ = నీవు సత్యస్వరూపుడవు. సత్ పదార్థాలైన ఈశ్వర జీవ ప్రకృతులలో నీవే గొప్పవాడవు. (అస్తీతి సత్, తత్సు సాధు సత్యమ్).

ఈ మంత్రభావాన్ని మనసులో పెట్టుకుని, మంత్రాలు కూడా మనస్సులోనే పఠిస్తూ కనీసం 3 సార్లు, ఎక్కువలో ఎక్కువ 21 సార్లు చేస్తే సరిపోతుందన్నారు.

ఏ రకమైన ప్రాణాయామం ధ్యాన సాధకము ?

లోకంలో హఠయోగ ప్రదీపికలోని 8 రకాల ప్రాణాయామాలు బహుళ ప్రాచుర్యాని పొందాయి. అవి ఏవంటే - సూర్యభేధన, ఉజ్జాయి, సీతాకారీ, శీతలీ, భస్త్రిక్, భ్రామరి, మూర్ఛ, ప్లావని. వీటిలో సూర్యభేధనము సుఖపూర్వక ప్రాణాయామమనీ, అనులోమ విలోమప్రాణాయామనీ అంటున్నారు. సీతాకారీని కపాలభాతి అంటున్నారు. ఈ రెంటితో బాటు భాస్త్రిక, ఉజ్జాయిలను కలిపి 4 రకాల ప్రాణాయమాలను బాబారాందేవ్‌గారు ఎక్కువగా ప్రచారం చేస్తున్నారు. నిజంగా వీటివల్ల ఎంతోమందికి ఆరోగ్యలాభం కలుగుతున్నది. మిగిలిన 4 రకాలు ఆయా అవసరాలలో చేస్తే చాలు అంటున్నారు. అయితే, ఈ 8 రకాలు ధ్యానసాధనకు అంతగా ఉపయోగపడవంటున్నారు యోగులు. పతంజలి మహర్షి సూచించిన 4 రకాల ప్రాణాయామాలే ధ్యాన సాధనకు అనుకూలం అంటున్నారు. పతంజలి మహర్షి సూచించిన ప్రాణాయామాలు -

సూ॥ బాహ్యాభ్యంతర స్తంభవృత్తిర్ దేశకాల సంఖ్యాభిః పరిదృష్టో దీర్ఘ సూక్ష్మః॥

సూ॥ బాహ్యా భ్యంతర విషయాక్షేపీ చతుర్థః॥ - యోగదర్శనం (2-50,51)

<u>అర్థం :</u> బాహ్య, అభ్యంతర, స్తంభవృత్తి ప్రాణాయామములు మూడును దేశ, కాల, సంఖ్యలచే దీర్ఘము, సూక్ష్మమునగును.

శ్వాసను వెలుపలికికాని, లోపలికికాని పోనివ్వకుండా ఎక్కడున్నది అక్కడనే నిలిపి ఉంచటం 4వ రకమైన స్తంభవృత్తి ప్రాణాయామము.

పైన సూచించిన 4 ప్రాణాయామ విధి విధానాలు ఇచ్చట తెలపటం కష్టం. ఎంత వివరంగా తెలిపినా కేవలం చదివి అనుసరించటం కూడా కష్టమే. కనుక, నేర్చుకోగోరువారు మీకు సమీపంలో ఉన్న యోగుల సమ్ముఖమున నేర్చుకోగోరుచున్నాము. నేర్చుకుని అభ్యసిస్తే ఏమి లాభమంటే -

సూ॥ తతః క్షీయతే ప్రకాశావరణమ్ - (యోగదర్శం 2-52)

<u>భావార్థం :</u> పై నాలుగు రకాల ప్రాణాయామం చేసేవారికి మనస్సులోని కామక్రోధాదులు, అవిద్య అస్మితా రాగద్వేషాదులు క్రమంగా క్షీణించి బుద్ధి సత్వం ప్రకాశవంతమౌతుంది. తద్వారా జీవుడు తన స్వస్వరూపాన్ని గ్రహించ గలుగుతాడు. సాధన చేస్తూ చేస్తూ దేహాత్మభ్రాంతిని పోగొట్టుకుంటాడు. క్రమంగా మనస్సు స్వాధీనమౌతుంది. ధారణా, ధ్యాన, సమాధులనబడే మిగిలిన మూడు అంగములలో ఉన్నతి కలుగుతుంది. క్రమంగా ఆత్మ, పరమాత్మల సాక్షాత్కారమౌతుంది. జన్మ ధన్యమౌతుంది. మను మహర్షికూడా ఇట్లే చెప్పారు-

శ్లో॥ ప్రాణాయామైర్ దహేద్ దోషాన్ + ధారణాభిశ్చ కిల్బిషమ్।
ప్రత్యాహారేణ సంసర్గన్ + ధ్యానేన + అనీశ్వరాణ్ +గుణాన్

- మానవ ధర్మస్మృతి (6-72)

"ప్రాణాయామంతో దోషాలను - మనోమాలిన్యాలను, దహింప చేసుకోవాలి. ప్రత్యాహారంతో సామాజిక సంగదోషాలను, ధ్యానంతో అవిద్యాది అజ్ఞానాలను పోగొట్టుకోవాలి. పరమేశ్వరుడు సర్వసాక్షి, పక్షపాత రహిత కర్మఫల ప్రదాతగా గుర్తించి ధర్మకార్యాలనే సదా చేస్తూ ఉండాలి. అనీశ్వర (నాస్తిక) భావాలను పోగొట్టుకోవాలి" అన్నారు.

ముఖ్యంగా ప్రాణాయామం మనస్సులోని చంచలతను తగ్గిస్తుంది. మనస్సుకు, శ్వాసగతికి సంబంధం ఉంది. ధ్యానానికి కూర్చున్నపుడు ఈ మనస్సు మరింత చంచలము, బహిర్ముఖము అవుతూ ఉంటుంది. మనకు నచ్చిన పనిని మనం ఏకాగ్రతతో చేయగలంకాని ధ్యానంలో ఏకాగ్రత కుదరదు. ఎందుచేతనంటే - మనం మనోవిజ్ఞానంలో తెలుసుకున్నట్లు -

ఓం యజ్జాగ్రతో దూరముదైతి దైవం, తదు సుప్తస్య తథైవైతి ।
<u>దూరంగమం,</u> జ్యోతిషాం జ్యోతిరేకం, తన్మే మనః శివసంకల్పమస్తు ॥

యజుర్వేదం (34-1)

ఏ మనస్సు జాగ్రదావస్థలో దూరస్థ విషయాలవైపు పరుగులు తీస్తుందో, అట్లే, స్వప్నావస్థలో కూడా బహిర్ముఖమౌతుంది.

<u>దూరంగమం = దూరస్థ విషయాలవైపు పరుగులు తీయటం దాని స్వభావం</u> అట్టి మనస్సును స్వాధీనం చేసుకోవటానికి అభ్యాసం చేయక తప్పదు. ఆ అభ్యాసం వైరాగ్యం తో కూడి ఉండాలి. అంటే - ప్రాపంచిక విషయాలపై విరక్తి, భగవంతునిపై అనురక్తి పెంచుకోవాలి. దీనినే పతంజలి మహర్షి **"అభ్యాసవైరాగ్యాభ్యాం తన్నిరోధః** (1-12)" అన్నారు. **"అభ్యాసేన తు కౌంతేయ వైరాగ్యేణ చ గృహ్యతే"** అంటాడు యోగేశ్వర శ్రీకృష్ణుడు గీత (6-35)లో. ఇది ఎట్లుంటుందంటే - బండిలాగే ఎద్దును, గానుగలాగే ఎద్దుగా మార్చాలంటే మొదట కొంత కష్టపడక తప్పదు. అటువంటి అభ్యాసానికి ప్రాణాయామం ఒక సాధనం. **"తతః క్షీయతే ప్రకాశావరణమ్"** - ప్రాపంచిక మోహరాగాల ఆవరణం క్రమంగా తగ్గి జ్ఞానజ్యోతి ప్రకాశిస్తుంది.

ప్రాణాయామం - దీర్ఘాయువు, బుద్ధివికాసము

'ప్రాణాయామము' అనే పదము ప్రాణ+ఆయామముగా విడదీ
ప్రాణమును పొడిగించటం అని అర్థమౌతుంది. సామాన్యంగా మన శ్వాస నిముషాని
18 సార్లు లోనికి పోయి వస్తూ ఉంటుంది. ప్రాణాయామాన్ని నియమం
కొంతకాలంచేస్తే నిముషానికి 10 నుండి 15 సార్లు నడుస్తుంది. సాధారణ కాలం
కూడా నిముషానికి 5,6 పర్యాయాలు మాత్రమే శ్వాస తీసుకునే యోగులను స్వ
చూశాను. దేవుడిచ్చిన ఆయువును ప్రాణాయామం చేస్తూ పెంచుకోవచ్చని కొంద
యోగులంటారు.

మహర్షి దయానందుల వారు గొప్పయోగి. ఆయన తమ సత్యార్థప్రకాశ
తృతీయ సముల్లాసంలో బాలబాలికలకు 8వ సంవత్సరంలోనే ఉపనయనం చే
గాయత్రీ మంత్రోపదేశంతో బాటు ప్రాణాయామ విధిని నేర్పాలన్నారు. దానివ
"మనస్సు ఇంద్రియాలు స్వాధీనమౌతాయి. బుద్ధి తీవ్రమై సూక్ష్మగ్రహణశ
కలుగుతుంది. కఠినమైన సూక్ష్మ విషయాలను కూడా శీఘ్రంగా గ్రహించగలుగుతార
స్థిరమైన బలపరాక్రమాలు జితేంద్రియత్వము కలుగుతాయి. సర్వ శాస్త్రాల
స్వల్పకాలంలోనే నేర్చుకుని జ్ఞాపకముంచు కోగలుగుతారు" అన్నారు.

నేడు పౌరాణికులు కూడా షోడశోపచార పూజలలో ప్రాణాయామా
చేర్చారు. కాని ప్రాణాయామం వారు చేయరు, మనకు నేర్పరు. మనని ము
పట్టుకోమంటారు, పురోహితులు ఓం భూః ఓం భుః, ఓం స్వః...... అంటూ
మంత్రాలు చదివి ప్రాణాయామం సమర్పయామి అని మనతో పలికిస్తారు. ఎ
విడ్డూరం !!!

ఇటీవల పరిశోధనలలో ప్రాణాయామంవల్ల మన శరీరంలో పేరుకుపో
టాక్సిన్లు (విషాలవంటివి) కరిగి బయటకు పోతున్నట్లుగా గుర్తించబడింది. ఆధు
వైద్య విధానంలోగల డి-టాక్సిఫికేషన్లో 1. ఆక్సిజన్ థెరపీ, 2. ఓజోన్ థెరపీ,
ఖిలేషన్ థెరపీ, 4. క్రిమోలైపోజయర్ థెరపీ అనే నాలుగురకాల థెరపీలు (చికి
పద్ధతు) లున్నాయి. వీటన్నిటికన్న ప్రాణాయామం ఎక్కువ మేలు చేస్తున్నట
కనుగొనబడింది. వివరాలకు 16-11-2016 'ఆదిత్య' పక్షపత్రి
చూడగోరుచున్నాము.

భోజనం చేసేముందు సృష్టికర్తను స్మరించు

అన్నంగానీ ఆహారపదార్థాలేవైనాగానీ అవన్నీ సృష్టికర్త సృజించినవే. రైతులు కూడా భూమి, జలము, వాయువు, సూర్యకిరణాలు ఉంటేగాని పంటలు పండించలేరు. అన్నదాతలు కాలేరు. పంచభూతాలను సృజించినది, మనకు శరీరాలను సృజించి యిచ్చినది సృష్టికర్తయే కదా! పంచభూతాలు జడపదార్థాలు. అంటే అవి తమంతా తాముగా ఆహారంగా మారలేవు. అట్లే, వృక్షజాతులలో జీవులున్నా వాటికి ఆహారాన్ని సృజించే జ్ఞానంగానీ, సామర్థ్యంగాని లేవు. మన శరీరాలలో ఒక అదృశ్యశక్తి మనం తిన్న ఆహారాన్ని రస రక్త మాంసాది సప్తధాతువులుగా మారుస్తున్నట్లే వృక్షజాతులలోనూ ఆ అదృశ్యశక్తి పనిచేస్తున్నది. భూ జల వాయు సూర్యకిరణాలతో ఆ యా పండ్లను, కూరగాయలను, ధాన్యాలను, పప్పులను, కాయలను పండిస్తున్నది. సృజిస్తున్నది. గోవులు, గేదెలు మొదలైన జంతువులలో పాలను సృజిస్తున్నది.

అట్టి విశ్వవ్యాప్తమైయున్న ఏకైక అదృశ్యశక్తినే - సృష్టికర్తనే, వేదం అనేక నామాలతో పేర్కొంటుంది. ఒక్కొక్కనామం ఒక్కొక్క శక్తిని, గుణాన్ని సూచిస్తుంది. వాటిలో సవితా, త్వష్టా, విష్ణువు, అన్నపతీ మొదలైన నామాలు అతని సృజనశక్తిని సూచిస్తాయి. ఈ పదములలో 'అన్నపతి' అనే నామమే మనకు తేలికగా అర్థమౌతుంది. ఎందుకంటే - అన్నం లేనిది మన జీవితం గడవదు కనుక. అన్నంతినేముందు ఆ క్రియకు తగిన ఒక చక్కటి ప్రార్థనామంత్రాన్ని - వేదమంత్రాన్ని ఋషులు నిర్దేశించారు. ఆ మంత్రం ఏమిటంటే -

ఓం అన్నపతే! అన్నస్య నో దేహి + అన మీవస్య శుష్మిణః ।

ప్ర ప్రదాతారం తారిష, ఊర్జం నో ధేహి ద్విపదే చతుష్పదే॥

- యజుర్వేదం (11-83)

<u>వాక్యార్థం : అన్నపతే ! అన్నస్య నః + దేహి</u> = ఓ అన్నపతీ ! అన్నాన్ని సృజించే ఓ సృష్టికర్తా! మాకు పుష్కలంగా అన్నాన్ని ప్రసాదించు.

<u>అనమీవస్య శుష్మిణః</u> = ఆ అన్నం రోగకారక క్రిమిరహితంగానూ, బలాన్ని యిచ్చేదిగాను ఉండాలి.

<u>ప్ర+ప్రదాతారం తారిష</u> = ప్రదాతలను - విశేషంగా అన్నదానంచేసే ధర్మాత్ములన (ప్రతారిష) నీవు విశేషంగా రక్షించు. వారికి వృద్ధిని, ఉన్నతిని కలిగించు.

<u>ఊర్జం నః+ధేహి ద్విపదే చతుష్పదే</u> = మమ్మ ఆశ్రయించుకొని వున్న ద్విపాదులక (పరివారానికి, బంధుమిత్రులకు, అతిథి అభ్యాగతులకు), చతుష్పాదులకు (గో అశ్వా పశువులకు) కూడా చక్కటి బలారోగ్యాలనిచ్చే ఆహారాన్ని ప్రసాదించు.

<u>వివరణ</u> = మనం ప్రారంభంలో తెలిసికొన్నట్లుగా ఆహారపదార్థాలన్నిటినీ సృజించేవాడు పరమాత్మనే. అయితే వాటిని ఆ యా జీవులు పూర్వజన్మలలో చేసిన కర్మలను బట్టి పరమాత్మ విభజించి ఇస్తూ ఉంటాడు. "అహం విభజామి భోజనమ్". సుకృతులను ధనవంతుల యింటను, దుష్కృతులను నిర్ధనుల యింటను పుట్టిస్తాడు. కొందరి జీవితాలు వడ్డించిన విస్తరిగాను, కొందరి జీవితాలు వడ్డించుకోవలసిన విస్తరిగాను ఉంటాయంటారు పెద్దలు. ఆకలిబాధ కొందరిది, అజీర్ణబాధ కొందరిది. ఉన్నవారైనా లేనివారైనా అన్నంతినేముందు అన్నపతికి కృతజ్ఞతలు తెలిపి భుజించటం మంచిది. మనకున్న దానిలో కొంతనైన పరులకుపెట్టి తినటం ఉత్తమం. ఆ సత్కర్మఫలం ఆలస్యంగా లేదా వచ్చే జన్మలోనైనా మనకు సుఖాన్ని కలిగిస్తుంది. దానిని నియమబద్ధం చెయ్యటానికే ఋషులు 'బలివైశ్వదేవయజ్ఞం' రూపొందించారు. గృహస్థులు విధిగా చెయ్యవలసిన పంచ మహాయజ్ఞాలలో ఒకటిగా చేర్చారు."

<u>బలి వైశ్వదేవ యజ్ఞం</u>

'బలి' అంటే లోకంలో భావించే దేవీ దేవతల విగ్రహాల ముందు మూగ పశువులను చంపటం కాదు. 'బలి-దానే' - మనం తినబోయే దానిలో కొంత భాగం దానం చెయ్యటం. 'వైశ్వదేవం' అంటే సమస్త ప్రాణులకు ఆధారమైనదని అర్థం. "అన్నాద్భవంతి భూతాని (గీత. 3-14)" అని చెప్పినట్లు ప్రాణులన్నీ అన్న ఆధారంతో జీవిస్తున్నాయి.

బలి+ వైశ్వదేవం అనే రెండు పదములు కలిసి ఈ పదము తయారయ్యింది. అది యోగరూఢిగా ఇతర ప్రాణులకొరకు తీసిపెట్టవలసిన అన్నభాగంగా లోకంలో ప్రచలితమయ్యింది. ఇప్పటికీ పెద్దలు అన్నంతినే ముందు కొంతభాగాన్ని లేదా ఒక ముద్దను ప్రక్కకు తీసిపెట్టి, అన్నపతిని స్మరించి, ప్రార్థించి తింటారు. ఈ క్రియయే అనేక రూపాలలో లోకంలో కనబడుతున్నది. ప్రాచీన శాస్త్రాలలో అయితే - అన్నం

వండగానే దానిలోని కొద్ది బాగాన్ని నేతితో తడిపి పాకాగ్నిలో (వంటచేసిన అగ్నిలో) మంత్రపూర్వకంగా ఆహుతులివ్వాలని వ్రాసి ఉంది. అనంతరం తోటి ప్రాణులకొరకు కొన్ని ముద్దలను మంత్రపూర్వకంగా ఒక విస్తరిలో తీసి ప్రక్కకు పెట్టి తాను భుజించాలి. ఆ తీసిపెట్టిన దానిని తగిన ఆకలిగొన్న వ్యక్తికికాని, ఇతర ప్రాణులకు కాని పెట్టాలి. యుగపురుషుడు శ్రీకృష్ణుడేమన్నాడంటే–

శ్లో॥ యజ్ఞశిష్టాశినః సంతో ముచ్యంతే సర్వకిల్బిషైః ।
భుంజతే తే త్వఘం పాపా యే పచంత్యాత్మకారణాత్ ॥

– భగవద్గీత (3–13)

పంచ మహాయజ్ఞాలను చేసిన తరువాత మిగిలిన అన్నము సర్వ కిల్బిషహరము - అన్ని కష్టాలను పోగొడుతుంది. కేవలం తమ శరీరపోషణకే ఆహారమును వండుకొనువారు పాపమును భుజించిన వారౌతా" రన్నాడు. కనుక మనం యథాశక్తి పరులకు పెట్టే ప్రయత్నం చెయ్యాలి. లేదా తరచుగా గోశాలలకు, అనాథాలయాలకు, అన్నసత్రాలకు, గురుకుల బ్రహ్మాచారులకు, ఆశ్రమాలకు దానరూపంగా కొంత డబ్బు ఇస్తూవుండాలి. ఈ మంత్రం అదే సూచిస్తున్నది. "ఊర్జం నః + ధేహి ద్విపదే చతుష్పదే" అంటున్నది. మరొక విషయం ఏమంటే –

<u>అనమీవస్య శుష్మిణః</u>

మనం తినే ఆహారం అనమీవస్య = రోగకారకం కాకూడదు. శుద్ధమైనదిగాను, మన శరీరతత్త్వానికి సరిపడేదిగాను, ఋతువులకు తగినదిగాను, మితంగాను, హితంగాను ఉండాలి. ఇతర ప్రాణులను చంపిగాని, పీడించిగాని తెచ్చినది కాకూడదు. శాకాహార భోజనమే చెయ్యాలి. మాంసాహారం ఏ రకంగాను మంచిదికాదు. సృష్టికర్త మనకొరకు ఎన్నెన్నో పండ్లను, కూరగాయలను, పప్పులను సృజిస్తున్నా కొందరికి మాంసంలేనిది ముద్ద దిగటంలేదు. ఆ చచ్చిన జంతువుల (శవాల) మాంసమే రుచిగా ఉంటున్నది.

ఇక జనాభా పెరుగుదలవల్లా, రకరకాల వాతావరణ కాలుష్యాలవల్లా నేడు శుద్ధత విషయం చాలా క్లిష్టంగా మారింది. మరగబెట్టి పెట్టుకున్న నీటిలో కొద్ది సేపటిలోనే వైరస్‌లు, బ్యాక్టీరియాలు చేరుతున్నాయి. కృత్రిమ ఎరువులతోను,

క్రిమిసంహారక (Pesticides) మందులతోను పండిన పంటలను తినవలసి వస్తున్నది. వాటిని ఎంతగా కడిగినా, ఎంతగా ఉడకబెట్టినా ఆ హానికారక రసాయనాలు పోవటంలేదు. వాటితో కేన్సర్, పార్కిన్‌సన్ సింద్రోమ్, ఆల్జీమర్స్ వంటి నయంకాని రోగాలు వస్తున్నాయి. ఇట్టి వ్యాధులు మురికి వాడలలో నివసించేవారికేకాక అతి శుభ్రత, మడి ఆచారం పాటించేవారికి కూడా వస్తున్నాయి. ఇప్పుడిప్పుడు కొందరు వైజ్ఞానికులు ఈ సత్యాన్ని గ్రహిస్తున్నారు. సేంద్రియ పంటలను తినమని ప్రోత్సహిస్తున్నారు. కొన్ని సామాజిక సేవాసంస్థలు ఈ విషయాలను ప్రచారం చేస్తున్నాయి. వాటిలో బాబారాందేవ్ గారు స్థాపించిన పతంజలి యోగపీఠ్ అగ్రగణ్యంగా ఉంది. వారి మాసపత్రిక 'యోగసందేశ్' ఇప్పుడు తెలుగులో కూడా లభిస్తున్నది. దానిని చదువుతూవుంటే మనకు ఆహారాల విషయాలతో బాటు ఆధ్యాత్మిక విషయాలు కూడా తెలుస్తాయి.

'శుష్మిణః' అంటే బలాన్ని పుష్టిని కలిగించేదిగా ఆహారం ఉండాలని అర్థం. తెల్లగా మరపట్టిన బియ్యం, గోధుమలు పప్పులు మంచివి కావు. అట్లే, తెల్లచక్కెర, కృత్రిమ రంగులు, గరం మసాలాలు, వేపుళ్ళు, పచ్చళ్ళు మొదలైన వాటిలో బలం, పోషక విలువలు ఉండవు. ఈ విషయంలో సికింద్రాబాద్ తార్నాకలోగల 'న్యూట్రిషన్ లాబ్స్' చాలా పరిశోధనలు చేసింది. ఇంకను చేస్తున్నది. పుస్తకాలు ప్రచురించి తక్కువ ధరలకే అమ్ముతున్నది. ఉచితంగా కరపత్రాలు, చార్టులు వితరణ చేస్తున్నది. ఇంతకు పూర్వం 'న్యూట్రిషన్' అనే పేరుతో ఆంగ్లంలోనూ, 'పోషణ' అనే పేరుతో తెలుగులోను మాసపత్రికలు ప్రచురించింది. ఇప్పుడును ఉండవచ్చును. దానిని ఒకసారి దర్శించి సలహాలను పొందండి. మన జ్ఞానం ఎంత పెరిగినా అన్నాన్ని సృజిస్తున్న సృష్టికర్తను మరచిపోకండి. పై వేదమంత్రంతో సృష్టికర్తను ప్రార్థించి, కృతజ్ఞతలను తెలిపి భోజనం చెయ్యండి.

'బ్రహ్మచర్యం' అవసరమా?

ఈ ప్రశ్నకు జవాబు తెలుసుకునేముందు 'బ్రహ్మచర్యం' అనే పదమునకు అర్థమేమిటో తెలుసుకోవటం అవసరం. 'బ్రహ్మ' అంటే పెద్దది, గొప్పది అని అర్థం. అట్టిదానిలో చరించటాన్ని – ఆ స్మృతిలో జీవితం గడపటాన్ని బ్రహ్మచర్యమంటారు. 'బ్రహ్మ' అనే పదమునకు సంస్కృత నిఘంటువులో చాలా అర్థాలు కనబడతాయి.

నాటిలో ముఖ్యమైనవి నాలుగు. అవి - 1. పరమేశ్వరుడు (సృష్టికర్త). (అతడే సృష్టికన్న పెద్దవాడు, గొప్పవాడు కదా!) 2. ఆయనచే సృష్ట్యాదిలో ఉపదేశింపబడిన నాలుగు వేదాలు. (అవే మానవజాతికి జ్ఞాన స్రోతస్సులు). 3. జీవితంలోని మొదటి భాగమైన బ్రహ్మచర్యాశ్రమం (విద్యార్థిదశ) 5 నుండి 25 సంవత్సరాలవరకు. 4. మైథునత్యాగం (స్త్రీ సంపర్కం చేయకుండా నిగ్రహంతో ఉండటం - ఆ ఆలోచనే రాకుండా ఉండటం.) స్త్రీలు కూడా అట్లే ఉండాలి. బ్రహ్మచర్యమనే పదము స్త్రీ పురుష లిరువురికి వర్తిస్తుంది.

పై నాల్గింటిలో 3,4 అర్థాలను కొంత వివరంగా తెలుసుకుందాము. మన ప్రాచీన ఋషులు మానవజీవన కాలాన్ని నాలుగు భాగాలుగా చేసి, వాటికి బ్రహ్మచర్య గృహస్థ వానప్రస్థ సంన్యాసాశ్రమాలని పేర్లుపెట్టారు. ఇక్కడ ఆశ్రమం అంటే - (ఆ సమంతాత్ శ్రమయతి యస్మిన్) చక్కగా ఒక లక్ష్యంకొరకు శ్రమించటం - గట్టిప్రయత్నం చెయ్యటం అని అర్థం. వీటిలో మొదటిదైన బ్రహ్మచర్యాశ్రమంలో (విద్యార్థిదశలో) పూర్తిగా మైథున త్యాగం చెయ్యాలి. అందుకు బలమైన రెండు కారణాలు చెబుతారు. ఆ వయస్సులో శరీరం ఎదిగి బలపడుతుంది. కనుక అప్పుడు వీర్యనష్టం చేసుకుంటే శారీరిక ఎదుగుదల, బలపడటం సరిగా జరుగదు. అందుచే జీవితాంతం తేలికగా వ్యాధులకు గురికావటం, బరువైన పనులు చేయలేకపోవటం జరుగుతుంది. తద్వారా మరెన్నో సమస్యలకు గురియౌతారు. ఆత్మన్యూనతా భావాలు కలుగుతూ ఉంటాయి. విద్యార్థుల ఆత్మహత్యలకు ఇదికూడా ఒక కారణమంటున్నారు మానసిక వైద్యులు, తత్త్వవేత్తలు. రెండవకారణం - ఆ వయస్సులో శృంగార ఆలోచనలు చేస్తే చదువుపై శ్రద్ధ, ఏకాగ్రత తగ్గిపోతుంది. అందుచే అతడు బౌద్ధికంగా వెనుకబడిపోతాడు. జీవితంలో ఎదుగ గలిగినంత ఎదుగ లేకపోతాడు. ఈ విషయంపై మన ప్రాచీన ఋషులు చాలా పరిశోధనలు చేసి చెప్పిన మాట లేమంటే -

"శ్లో॥ ఆహారస్య పరంధామ శుక్రం తద్రక్ష్య మాత్మనః।
క్షయోహ్యస్య బహూన్ రోగాన్ మరణం వా నియచ్ఛతి॥

<u>తాత్పర్యం</u> : శుక్రమంటే వీర్యం. అది ఆహారం యొక్క పరమధామం - సారభూతం. మనలను మనం రక్షించుకోవటానికి ఆరోగ్యంగా, బలంగా ఉండటానికి వీర్యాన్ని మన శరీరంలో భద్రపరచుకుంటూ ఉండాలి. వీర్య దుర్వినియోగం వల్ల అనేక రోగాలు కలుగుతాయి. దాని విపరీత నాశనం వల్ల మరణం కూడా సంభవిస్తుంది."

అంటాడు సుశ్రుతా చార్యుడు, తమ సుశ్రుత సంహితలో.

"శ్లో॥ అగ్నిమూలం బలం పుంసాం, రేతోమూలం తు జీవితం ।
తస్మాత్ సర్వప్రయత్నేన, అగ్ని వీర్యం చ రక్షయేత్॥

<u>తాత్పర్యం</u> : జఠరాగ్ని (జీర్ణశక్తి) మానవుల బలానికి కారణమౌతుంది. రేతస్సు (అంటే – వీర్యం) ఆరోగ్యంగా ఇంద్రియపటుత్వంతో, బ్రహ్మవర్చస్సుతో దీర్ఘకాలం జీవించటానికి మూలమౌతుంది. అందుచే అన్నివిధాలుగా ప్రయత్నించి శరీరంలో జఠరాగ్నిని, వీర్యాన్ని రక్షించుకుంటూ ఉండాలి అంటాడు అగ్నివేశ మహర్షి తమ చరకశాస్త్రంలో. ఈ విధంగానే అన్ని ఆయుర్వేద గ్రంథాలు బ్రహ్మచర్యాన్ని నొక్కి వక్కాణించాయి.

<u>"త్రయ ఉపస్తంభన మహ ఇతి</u> + <u>ఆహారః స్వప్నో బ్రహ్మచర్యమితి"</u> (చరకం) - ఆరోగ్య రక్షణకు మూల స్తంభాలు మూడు. శుద్ధమైన, సమతుల్యమైన, తన శరీర తత్త్వానికి అనుకూలమైన, సాత్వికాహారం మితంగా హితంగా న్యాయార్జితమైనది సేవించటం మొదటి మూలస్తంభం. రెండవది స్వప్నః (నిద్ర) – సరిపడినంతగా కనీసం 6 గంటలు నిద్రించాలి. రాత్రి 9 గంటలకే నిద్రించి తెల్లవారు ఝూమున 3-4 గంటలమధ్య నిద్రలేవటం ఉత్తమం. <u>మూడవ స్తంభం</u> బ్రహ్మచర్యం – వీలైనంత ఎక్కువగా వీర్యాన్ని రక్షించుకోవటం. కనీసం మూడు కాళ్ళైనా ఉంటేకాని ఆ పీటపై మనం క్షేమంగా కూర్చోలేముకదా! అందుచే నిద్రాహారాలు ఎంత ముఖ్యమో బ్రహ్మచర్యం కూడా అంతే ముఖ్యం. ఇది విద్యార్థులకు చాలా చాలా అవసరం, ముఖ్యం.

కాని, నేటి యువతీ యువకులు ఫ్యాషన్ల మోజులో, ప్రకటనల మోజులో, సినీమాల మోజులో పడి కామాంధులై పోతున్నారు. దీనికితోడు నేటి యువతీయువకుల కాలేజీలు ఒకటే కావటం (Co-Education) మరింత ప్రేరేపిస్తున్నది. వస్త్రధారణలు మరొక కారణంగా ఉన్నాయి. ఇవన్నీ కలిసి నేడు బ్రహ్మచర్యం నవ్వుల పాలయ్యింది. నేటి అల్లోపతీ వైద్యులకు బ్రహ్మచర్య విలువలు అసలు తెలియనే తెలియక పోవటం దురదృష్టకరం. కొందరైతే – "ఆకలిదాహాల వంటిదే కామంకూడా కనుక కామేచ్ఛ కలిగినపుడు దానిని తీర్చుకోవటమే మంచి" దంటున్నారు. అది కృత్రిమ పద్ధతిలోనైనా (హస్తమైథునం Masterbation ద్వారా

సైనా) సరే తీర్చుకోవటం మంచిదనే మహానుభావులు కూడా కొందరున్నారు. దానితో కొందరు యువతీ యువకులు హస్తమైథునానికి అలవాటుపడిపోతున్నారు. అది కొందరికి వ్యసనంగా మారిపోయి నిర్వీర్యులుగా, నిస్తేజులుగా, నిర్బలులుగా మారిపోతున్నారు. కొందరు అక్రమ సంబంధాలు ఏర్పరచుకొని వ్యభిచారులై పోతున్నారు. స్త్రీహింస, మానభంగాలు, హత్యలు పెరిగిపోతున్నాయి. ఇప్పటికైనా మేధావివర్గం మేల్కొని ఈ దుస్థితినుండి యువతను రక్షించవలసిందిగా మేము ప్రార్థిస్తున్నాము.

భారతీయ వైద్య విధానాలేవీ వీర్యనష్టాన్ని సమర్థించవు. కాగా వీర్యధారణచేసి ఓజస్వంతులు కమ్మని ప్రోత్సహిస్తాయి. హోమియో వైద్యం జర్మనీ దేశంలో కనిపెట్టబడినా అది పూర్తిగా ఆయుర్వేద స్వస్థవృత్తాన్నే (దినచర్యనే) అనుసరిస్తుంది. రోగకారణాలను రికార్డు చేసుకునేటప్పుడు (Care Taking చేసేటప్పుడు) వీర్యనష్టం చేసుకున్నారా? అని అడుగుతారు. మనస్సులో సెక్సుభావనలు బలంగా ఉన్నాయా? అని ప్రశ్నించి రికార్డు చేసుకుంటారు. అవే ఆ వ్యాధిలో మూలకారణమైతే దానినిబట్టి మందు ఎన్నుకొని అద్భుతమైన ఫలితాలను సాధిస్తారు. హస్తమైథున దురభ్యాసం ఉంటే ఆ భావాలు మనసులో కలుగకుండా కూడా హోమియోపతిలో మందులుంటాయి. మీ సమీపంలో ఉన్న వైద్యులను సంప్రదించండి. ఇంతటి విశిష్టతలున్నాయి కనుకనే భారత ప్రభుత్వం హోమియోవైద్యాన్ని AYUSH (ఆయుర్వేద, యోగ, యునాని, సిద్ధ, మోమియోపతి) లో కలిపి ఆదరిస్తున్నది, ప్రోత్సహిస్తున్నది.

అట్లే, భారతీయ మత సంప్రదాయేలేవీ వీర్యనష్టాన్ని సమర్థించవు. ఇంద్రియనిగ్రహాన్ని, బ్రహ్మచర్యాన్ని పాటించ సర్వదుఃఖ నివృత్తిరూప ముక్తిని సాధించమనే ప్రోత్సహిస్తాయి. విదేశీమతాలే వక్రమార్గాలను ప్రోత్సహిస్తున్నాయి. 'Eat, Drink and be Merry' అంటూ ప్రేరేపిస్తున్నాయి. ఆ మతాలు పూర్వజన్మలను, పునర్జన్మలనుకూడా అంగీకరించవు. అయితే మానవులలో సుఖ దుఃఖాల వ్యత్యాస మెందుకు? అట్లయితే, దేవుడు పక్షపాతి కాదా? ఇక మనం వీర్యోత్పత్తిని గురించి, దాని విలువలను గురించి తెలుసుకుందాము.

వీర్యోత్పతి - దాని విలువ

ఋగ్వేదానికి ఉపవేదమైప ఆయుర్వేదం వీర్యోత్పత్తని గురించి ఆ క్రిందివిధంగా చెబుతుంది

"శ్లో॥ రసాద్రక్తం తతోమాంసం మాంసాన్మేధః ప్రజాయతే ।

మేధస్యాస్థిః తతో మజ్జా, మజ్జాయాః శుక్ర సంభవః ॥ - సుశ్రుతం

తాత్పర్యం : జీర్ణమైన ఆహారం ముందుగా రసంగా (Lymph గా) మారి రక్తంలో కలుస్తుంది. ఆ రక్తనుండి క్రమంగా మాంసము, మేధ (క్రొవ్వు), అస్థి (ఎముక - Bone tissue), మజ్జా (Bone Marrow) శుక్రకణములు (స్త్రీలలో రేతస్సు - అండకణములు) తయారౌతాయి. ఇవి ఉత్తరోత్తర శ్రేష్ఠమైనవి. సారభూతమైనవి. అంటే విలువైనవని గ్రహించాలి.

ఇట్టి విలువైన వీర్యాన్ని ఎంత ఎక్కువగా రక్షించుకుంటే అంతగా శారీరికబలం, బౌద్ధికబలం పెరుగుతాయి. యోగసాధన చేసి ఆ వీర్యాన్ని ఓజస్సుగా మార్చుకుంటే శరీరానికి బ్రహ్మవర్చస్సు కలుగుతుంది. బుద్ధివికసించి మేధస్సుగా, ప్రజ్ఞగా, ప్రతిభగా మారుతూ చివరకు ఋతంభరా ప్రజ్ఞగా స్థిరపడుతుంది. సృష్టిరహస్యాలన్నీ కరతలామలకం అవుతాయి. ఏ పదార్థాన్ని గురించి తెలుసుకోవాలనుకుంటే ఆ పదార్థాన్ని గురించి సంపూర్ణ జ్ఞానం స్పష్టంగా అవగతమౌతుంది. ఆ ఋతంభరాప్రజ్ఞతోనే ఆత్మపరమాత్మల సాక్షాత్కారం అవుతుంది. జన్మ ధన్యమౌతుంది.

అట్టి విలువైన వీర్యాన్ని వ్యర్థం చేసుకోవటం బుద్ధిమంతుల లక్షణంకాదు. మహర్షులు, మహాత్ములు ఏమన్నారంటే - "సంతానార్థం మాత్రమే వీర్యాన్ని ఖర్చుపెట్టడం ఉత్తమోత్తమం లేదా ఋతుగామియైతే మధ్యమం. (ఋతుగామి అంటే - స్త్రీలకు ఋతుస్రావానంతరం 10, 15 రోజుల అండం విడుదలయ్యే సమయంలో తీవ్రకామేచ్ఛ కలుగుతుంది. ఆ సమయాన్ని ఋతుకాలం అంటారు. అప్పుడు), మిగిలిన సమయాలన్నీ నీచం. స్పర్శేంద్రియానికి దాసులం అయినట్లు అవుతుంది. విలువైన వీర్యాన్ని మురుగుకాల్వలో ప్రవహింప చేసుకోవటం" అన్నారు మహర్షులు. ఈ చివరిమాటలు మనకు కఠినంగా అనిపించినా ఇవి సత్యం.

గృహస్థబ్రహ్మచర్యం గురించి తెలుసుకుందాము.

'గృహస్థ బ్రహ్మచర్యం' అంటే ఏమిటి?

పూర్వం తెలిసి కొన్నట్లుగా బ్రహ్మ చర్యాశ్రమం తదుపరిది గృహస్థాశ్రమం. అంతవరకు యువతీ యువకులు వేరువేరు గురుకులాలలో కఠినమైన నియమాలు పాటిస్తూ వచ్చారు కనుక వారికి సమావర్తన (స్నాతక) సంస్కారం జరిపి గురువులు వారిని యింటికి పంపిస్తారు. అప్పటివరకువున్న నియమాలను సడలిస్తారు. అప్పుడు చాలా ఉపదేశాలు చేస్తారు. వాటిలో "ప్రజాతంతుం మావ్యవచ్ఛేత్సీః - ప్రజాతంతువును విచ్ఛిన్నం చెయ్యవద్దు" అనేది ఒక ఉపదేశం. అంటే సంతానాన్ని కని, పెంచి పెద్దచేసి, విద్యాబుద్ధులు చెప్పించి వారి కాళ్ళపై వారు నిలబడేటట్లు చెయ్యటం. తమ తల్లిదండ్రులు తమను ఏ విధంగా తీర్చిదిద్దారో అట్లే వారి సంతానాన్ని వారు తీర్చిదిద్దాలి. అందుకు పురుషునికి స్త్రీ, స్త్రీకి పురుషుడు అవసరం - అనివార్యం. ఇంతేగాక, ఎంతకాలం తల్లిదండ్రులు వారికి తోడుగా ఉంటారు? జీవితాంతం తోడుగా నిలబడే జీవనసఖులు అవసరమే కదా! అందుకు పెద్దల, బంధుమిత్రుల సమక్షంలో తమ గుణ కర్మస్వభావాలకు తగిన యువతిని ఎంచుకొని వివాహం చేసుకోవటమే సరియైన పరిష్కారం. వివాహ సంస్కారంలో గృహస్థాశ్రమ నియమాలు చాలానే ఉపదేశింపబడ్డాయి. ఆ వివరాలు మహర్షి దయానందులవారి సంకలన రచన "సంస్కార విధి"లోని గృహస్థాశ్రమ ప్రకరణాన్ని చదివి తెలుసుకోండి. ఇక మనం గృహస్థబ్రహ్మచర్యాన్ని గురించి తెలుసుకుందాము -

"**శ్లో॥ ఋతుకాలాభిగామీ, స్యాత్స్వదార నిరతః సదా ।**

బ్రహ్మ చార్యేవ భవతి యత్ర తత్రాశ్రమే వసన్ ॥ మనుస్మృతి (3-45,50)

తా॥ నిషిద్ధ రాత్రులను వదిలి తన భార్యతోనే ఋతుకాలంలో మాత్రమే మైథునక్రియ జరుపువాడు. గృహస్థాశ్రమంలో ఉన్నప్పటికీ బ్రహ్మచారికి సమానుడు" అని మన ధర్మ శాస్త్రాలు చెబుతాయి.

ఋతుకాలనుంటే - స్త్రీ బహిష్టు అయిన దినం నుండి 16 దినముల వరకు ఉన్న కాలాన్ని ఋతుకాలం అంటారు.

అయితే మొదటి 4 దినాలు స్త్రీలకు ఋతుస్రావం జరుగుతూ బలహీనంగా ఉంటారు కనుక అవి నిషిద్ధ దినాలు. అంటే - ఆ సమయంలో భార్యాభర్తలు కలియకూడదు. మిగిలిన 12 దినాలలోనూ పౌర్ణమి, అమావాస్యా, అష్టమి, చతుర్దశి పర్వదినాలు.

కనుక ఆ దినములలో కలియ కూడదంటారు ఋషులు. ఆ రోజులలో విశేష హోమాలు చేసి, వేదస్వాధ్యాయంలో గడపాలంటారు. కనుక ఆ దినములు కూడా నిషిద్ధములే.

"శ్లో॥ అమావాస్యాష్టమీం చ పౌర్ణమాసీం చతుర్దశీమ్ ।

బ్రహ్మచారీ భవేన్నిత్య మప్యృతౌ స్నాతకో ద్విజః ॥ మనుస్మృతి (4-128)

తా॥ ఋతుకాలమైనప్పటికీ గృహస్థుడు అమావాస్యా, అష్టమి, పౌర్ణమి, చతుర్దశి దినాలలో భార్యతో శారీరక సంబంధం పెట్టుకోకుండా బ్రహ్మచారిగా ఉండాలంటుంది మనుస్మృతి.

సంతానం కలగాలి అనుకునే దంపతులు స్త్రీ శరీరంలో అండం విడుదలయ్యే సమయంలో కలవాలంటారు వైద్యులు. ఆ సమయం తెలుసుకోవటానికి కొన్ని సూత్రాలు చెబుతారు స్త్రీ వైద్యనిపుణులు (గైనకాలజి స్పెషలిస్టులు). వాటి వివరాలకు మా ప్రచురణ "గర్భాధాన విజ్ఞానము" చదువ గోరుచున్నాము.

ఆవులు అండం విడుదలయ్యే సమయంలో ఏదో చిన్నబాధ ఉన్నట్లు అరుస్తూ ఉంటాయి. అది గుర్తించి ఆవు ఎదకువచ్చిందని గుర్తిస్తారు. వీలైనంత తొందరగా ఆంబోతు దగ్గరకు తీసుకు వెళ్ళటంకాని, కృత్రిమ పద్ధతితో ఆంబోతు వీర్యాన్ని యోనిద్వారా ఆవు గర్భాశయంలోనికి ఎక్కించటం కాని చేస్తారు. అట్లే, కుక్కలు మొదలైన పశువులు ఋతుకాలంలోనే మైథునం చెయ్యటానికి యిష్టపడతాయి. వేరే సమయాలలో ఆడమొగ కుక్కలు కలిసి తిరుగుతున్నా సమాగమం చెయ్యవు. చెయ్యనివ్వవు. కాని, నాగరికతగల మానవులు ప్రకృతికి దూరమై అసహజ జీవితం గడుపుతున్నారు. పెక్కురోగాలకు గురియౌతున్నారు. ఆయుర్వేద చరక శాస్త్రం ఏమంటుందంటే-

శ్లో॥ వ్యాయామ హాస్యభాషాధ్వ గ్రామ్య ధర్మ ప్రజాగరాన్ ।

న+ఉచితానపి సేవేత బుద్ధిమానాతిమాత్రయా ॥

తా॥ అతిగా వ్యాయామం చేయటం లేదా ఎక్కువ అలసట కలిగే పనులు చెయ్యటం, ఎప్పుడూ హాస్య భాషణ చెయ్యటం, అతి సంభోగం, రాత్రులు మేల్కొని ఉండటం. ఈ నాలుగు అంత మంచివికావు. బుద్ధిమంతులు వీటిని మితంగా వాడుకోవాలి. లేకుంటే శరీరంలో ధాతుశక్తి తగ్గిపోయి తేలికగా వ్యాధులు సంక్రమిస్తాయి. ఆయువు క్షీణిస్తుంది" అంటుంది.

మనం అల్పాయువును జయించి దీర్ఘకాలం ఆరోగ్యంగా జీవించాలంటే బ్రహ్మచర్యం, తపస్సు ముఖ్యమంటుంది అథర్వవేదంలోని బ్రహ్మచర్య సూక్తం. అందులోని కొన్ని విషయాలను తెలుసుకుందాము.

ఓం బ్రహ్మచర్యేణ తపసా దేవా మృత్యుముపాఘ్నత ।
ఇంద్రోహ బ్రహ్మ చర్యేణ దేవేభ్యః స్వరాభరత్ ॥ (అథర్వ - 11-5-19)

బ్రహ్మ చర్యము మరియు తపస్సులతో దేవతలు - బుద్ధిమంతులు, సదాచారపరులు మృత్యువును వెనుకకు నెట్టివేస్తూ దీర్ఘకాలం జీవిస్తారు. ఇంద్రుడు (జీవాత్మ) బ్రహ్మచర్యంతో ఇంద్రియాలను నిగ్రహిస్తూ ఎన్నెన్నో సుఖాలను పొందుతాడు.

ఓం బ్రహ్మచర్యేణ తపసా రాజా రాష్ట్రం విరక్షతి ।
ఆచార్యో బ్రహ్మచర్యేణ బ్రహ్మచారిణ మిచ్ఛతే ॥ (అ. 11-5-17)

దేశాన్ని పాలించే రాజులు బ్రహ్మ చర్య తపస్సులతో ప్రజలను చక్కగా పాలించగలుగుతారు, పోషించగలుగుతారు. (నేడు రాజులు లేరు కనుక మంత్రులు, నాయకులు అని అన్వయించుకోవాలి) .

ఆచార్యులు, ఉపాధ్యాయులు బ్రహ్మచర్యంతోనే శిష్యుల అభిమానాన్ని పొందగలుగుతారు.

ఓం బ్రహ్మచర్యేణ కన్యా యువానం విన్దతే పతిమ్ ।
అనడ్వాన్ బ్రహ్మ చర్యేణ + అశ్వో ఘాసం జిగీర్షతి ॥ (అ. 11-5-18)

కన్యలు కూడా కన్యాగురుకులాలో చేరి బ్రహ్మచర్యవ్రతాన్ని పాటించి శరీరాన్ని, బుద్ధిని బలపరచుకోవాలి. అట్టివారే తమకు తగిన పతులను పొంది సుఖిస్తారు. ఎద్దులు, అశ్వములు కూడా బ్రహ్మ చర్యాన్ని పాటిస్తేనే గడ్డితినికూడా బలసామర్థ్యాలను పొందుతాయి.

ఓం బ్రహ్మచారీ బ్రహ్మ భ్రాజద్బిభర్తి తస్మిన్ దేవా అధి విశ్వే సమోతాః।
ప్రాణాపాన్ జనయన్నాద్ వ్యానం వాచం మనో హృదయం బ్రహ్మమేధామ్ ॥
(అ. 11-5-24)

బ్రహ్మ చర్యాన్ని పాటించిన వారే వేదజ్ఞానాన్ని, పరమాత్మను పొందగలుగుతారు. శరీరంలోని ప్రాణాపాన వ్యాన వాయువులను బలపరచుకొంటారు.

మంచి వాక్కును, మనస్సును, హృదయాన్ని పొందగలుగుతారు. వారి మేధస్సు

వికసించి అనేక విద్యా విజ్ఞానాలలో పరిపూర్ణులౌతారు.

ఈ విధంగా అథర్వవేదంలోని 26 మంత్రాలు గల బ్రహ్మ చర్యసూక్తం బ్రహ్మచర్యంవల్ల కలిగే లాభాలను వేనోళ్ళ కీర్తిస్తుంది. మన ప్రాచీన ఋషులు మునులు, విజ్ఞానవేత్తలు, రాజులు, వీరులు బ్రహ్మచర్యాన్ని పాటించియే మహత్కార్యాలు చేయగలిగారు. ప్రపంచ గురువులై విలసిల్లారు. మనమంతా వారి వారసులమే. మనంకూడా నవనాగరికత మోజులోపడి కొట్టుకుపోకుండా పూర్వుల మార్గాన్ని అనుసరించటయే ఉత్తమం. సృష్టికర్త మనకు ఉత్తమోత్తమ మానవశరీరాన్ని నిర్మించి యిచ్చాడు. కేవలం విషయభోగాలను అనుభవించటానికి కాదు, ధర్మాత్ములపై పరోపకారంచేస్తూ పుణ్యం మూట గట్టుకోవడానికి. ధర్మమార్గంలోనే అర్థకామాలను పొందయత్నించాలి. సర్వదుఃఖ నివృత్తిరూప మోక్షాన్నిపొంద సాధన చెయ్యాలి. మన నీతిశాస్త్రాలు ఏమంటాయంటే -

ఓం ఆహార నిద్రా భయమైథునాని సమాని చైతాని నృణాం పశూనామ్ ।
ధర్మం నరాణా మధికో విశేషో ధర్మేన హీనాః పశుభిః సమానాః ॥

తా॥ 'ఆహారము తీసికొనుట, నిద్రపోవుట, భయపడుట, మైథునంతో సంతానంకనుట' అనే నాలుగు క్రియలు మానవులకు పశువులకు సమానమే, కాని, మానవులు తమ జ్ఞానంతో ధర్మాత్ములై ఉన్నతోన్నత శిఖారాలకు చేరుకోగలరు. ధర్మంలేని మానవులు పశువులతో సమానులు" అంటాయి నీతి శాస్త్రాలు. కనుక మానవ జీవిత లక్ష్యం ధర్మార్థకామమోక్ష సాధన కావాలి. అందుకొరకే గృహస్థులు కావాలంటారు ఋషులు.

గృహస్థులు తమ బాధ్యతలను పూర్తి చేస్తూ పంచ మహా యజ్ఞాలను చెయ్యాలి. పతంజలి మహర్షి ఉపదేశించిన యమనియమ ఆసన ప్రాణాయామాలను అభ్యసిస్తు మంచి ఆరోగ్యాన్ని, దీర్ఘాయువును పొంద యత్నించాలి. మైథునాన్ని మితంగా వాడుకుంటూ ఓజస్సును పెంచుకోవాలి. ప్రత్యాహార ధారణా ధ్యాన సమాధు లభ్యసిస్తూ ఆత్మ పరమాత్మల సాక్షాత్కారాన్ని పొంద సాధన చెయ్యాలి.

గృహస్థ బ్రహ్మ చర్యాన్ని గురించి గాంధీ మహాత్ముడు ఏమన్నారంటే-

"Sex urge is a fine and noble thing. There is nothing to be ashamed of it. But it is meant only for the act of creation. Any other use of it is a sin against God and humanity" - M.K. Gandhi.

"కామవాంఛ మంచిది, గొప్పది. దానికి సిగ్గుపడ నవసరంలేదు. కాని, అది సంతా నార్థమేకావాలి. లేకుంటే - అది దేవునికి, మానవత్వానికి వ్యతిరేక మౌతుంది" అన్నారు.

ఇట్టి మహాత్ముల, మహర్షుల, మేధావుల మాటలు కోకొల్లలుగా ఉన్నాయి. కనుక, మనమంతా వారి మార్గాన్నే పయనిద్దాము.

"ధియో యో నః ప్రచోదయాత్॥"

ఓ అంతర్యామీ! మమ్మ బ్రహ్మ చర్యాది సద్వ్రతముల నాచరించ ప్రేరేపింపుము. నీ తృతీయ ధామమువైపు- ముక్తి ధామమువైపు - ఆనంద ధామమువైపు నడిపింపుము.

యజ్ఞవేది వద్ద పతీ పత్నుల స్థానాలు

భారతీయులు వేదానుయాయులు. వేదాలు సృష్ట్యాదిలో సృష్టికర్త ఆది మానవులకిచ్చిన జ్ఞాన నిధులు. వాటిలో మానవులు భౌతిక, ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతులు రెంటినీ పొందటానికి కావలసిన సమస్త విద్యావిజ్ఞానాలు బీజరూపంలో చెప్పబడ్డాయి. కొన్ని విషయాలు నేరుగాను, కొన్ని ఆలంకారికంగాను చెప్పబడ్డాయి. వైదిక కర్మకాండను తెలిపే యజుర్వేదం యజ్ఞ ప్రశంసతోనే - అగ్నిహోత్ర ప్రశంసతోనే ప్రారంభింపబడింది. యజ్ఞం చేసే విధి విధానాలను, యజ్ఞం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలను వివరించి చెప్పింది. యజ్ఞాన్ని ఉపమానంగా చూపుతూ సామాజిక రీతినీతుల నెన్నిటినో ఉపదేశించింది. "యజ్ఞం" దేవతగా గల (subject of the mantra) యజ్ఞం గురించిన విషయంగా గల మంత్రాలు వేదాలలో వందలకొలది ఉన్నాయి. యజ్ఞాన్ని - అగ్నిహోత్రాన్ని శ్రేష్ఠతమ కర్మగా పేర్కొన్నది. యజ్ఞం శ్రేష్ఠతమ కర్మ ఎట్లువుతుందో యాజ్ఞవల్క్య మహర్షి తమ శతపథ బ్రాహ్మణంలో వివరించి చెప్పారు. అట్టి యజ్ఞాన్ని స్త్రీ పురుష, పెద్దా చిన్న భేదాలు లేకుండా మానవమాత్రులందరు చెయ్యవచ్చునన్నారు. ముఖ్యంగా అశ్వమేధ రాజసూయాది పెద్ద పెద్ద యజ్ఞాలను సపత్నీకులై చెయ్యాలన్నారు. మన పూర్వులు ఆవిధంగానే చేశారు. అందుకు రామాయణ, మహా భారతాది చారిత్రక గ్రంథాలే ప్రమాణాలు.

అట్టి మహిమాన్వితమైన 'యజ్ఞవేది వద్ద పతీపత్నుల స్థానాలు ఎలా ఉండాలి?'

అనే విషయంలో స్వల్పమైన భేదాభిప్రాయాలున్నాయి. ఇవి కూడా పుక్కిటి పురాణాలు పుట్టిన తరువాతనే వచ్చాయి. ముందుగా మనం సృష్టి కర్త యిచ్చిన వేదాల ఆధారంగా ఆలోచిద్దాము. ఈ క్రింది యజుర్వేద మంత్రాన్ని పరిశీలించండి.

ఓం **ధ్రువాసి ధ్రువో+అయం యజమానో+అస్మినో+ఆయతనే**
ప్రజయా పశుభిర్భూయాత్। ఘృతేన ద్యావాపృథివీ
పూర్యేథామ్+ఇన్ద్రస్య ఛదిరసి, విశ్వ జనస్య ఛాయా॥ యజుర్వేదం (5-28)
ఇది యజ్ఞ దంపతులకిచ్చే ఆశీర్వాద మంత్రం

వాక్యార్థం :

1. ధ్రువా + అసి, ధ్రువః + అయమ్, యజమానః+ అస్మినో ఆయతనే

ఓ స్త్రీ! యజమాన పత్నీ! నీవు ఈ యజ్ఞవేదివద్ద స్థిరముగా నుండుము. అట్లే

ఓ యజమానుడా! యజ్ఞకర్తా! నీవును స్థిరముగా నుండుము.

2. ప్రజయా పశుభిః భూయాత్ – మీరిరువురు ఉత్తమ సంతానాన్ని, పశు సంపదలను పొందుదురుగాక!

3. ఘృతేన ద్యావా పృథివీ పూర్యేథామ్ – మీరు ఇట్లే మరల మరల యజ్ఞాలుచేస్తూ ద్యావా పృథివీ లోకాలను ఘృతముతో ఆవు నేతితో యజ్ఞవాయువులతో పూర్ణం చేయుదురుగాక!

4. ఇన్ద్రస్య ఛదిరసి = ఓ యజమాన పత్నీ! ఓ తల్లీ ! నీవు చేయు ఈ యజ్ఞాల వల్ల, నికామే నికామే నః పర్జన్యోవర్షతు = కోరినప్పుడల్లా వర్షాలు పడి ప్రజలంతా ధన ధాన్యాదులతో ఐశ్వర్యవంతులగుదురుగాక!

5. విశ్వ జనస్య ఛాయా= నీవును, నీ పతియు లోక మంతటికిని ఛాయ నిత్తురు గాక – నీడ నిత్తురుగాక, ఆశ్రయ మిత్తురుగాక!

తాత్పర్యం : ఓ యజమాన పత్నీ! నీవు ఈ యజ్ఞవేదివద్ద స్థిరముగా నుండుము.

ఓ యజమానుడా! నీవును స్థిరముగా నుండుము. మీరిరువురు ఉత్తమ సంతానాన్ని, పశు సంపదలను పొందుదురుగాక! ఇట్లే, మీరు మరల మరల యజ్ఞాలు చేస్తూ ద్యావా పృథివీ లోకాలను యజ్ఞవాయువులతో పూర్ణం చేయుదురు గాక ! ఓ యజమాన పత్నీ! ఓ తల్లీ ! నీవు చేయు ఈ యజ్ఞాలవల్ల అవసరమైనప్పుడల్లా

వర్షాలు పడి ప్రజలంతా ధన ధాన్యాలతో ఐశ్వర్యవంతులగుదురుగాక!

నీవును, నీ పతియు లోకమంతటికిని ఛాయ నిత్తురు గాక! ఆశ్రయ మిత్తురుగాక!

O Wife of the worshipper, just as thou with thy offspring and cattle, art firm in thy resolution, in this world; so should this husband of thine be determined in his purpose. Both of you should fill the Heaven and Earth with fragrance of clarified butter!

Thou art the guardian of glory, and the shelter of all people.

యజ్ఞ ప్రకరణంలో "యజమాని" అంటే – యజ్ఞ కార్యానికి మాన్యతనిచ్చి దానిని శ్రద్ధతో ఆచరించేవాడని అర్థం.

<u>వివరణ :</u> పై యజ్ఞ దంపతుల ఆశీర్వచన మంత్రం పత్నికే ప్రథమ స్థానం యిస్తున్నది. ముందు పత్నిని అనంతరం పతిని సంబోధిస్తూ ఆశీర్వచనాలు చెప్పబడ్డాయి. మన చెయ్యి ఎడమ నుండి కుడికి (ముందుకు) వెళ్ళాలి కాని కుడి నుండి వెనుకకు రాకూడదు కదా! అందుచేత యజ్ఞ వేదికవద్ద పత్ని పతికి కుడివైపు కూర్చున్నప్పుడే ఈ మంత్రంతో ఆశీర్వచనం సక్రమంగా సాగుతుంది. ఇంతేగాక, ఆశీర్వచనం ముందు చిన్నవారికి అనంతరము పెద్దవారికి చెప్పాలంటారు పెద్దలు. బాల బాలికలకు జరిపే నామకరణ, ఉపనయనాది సంస్కారాలలో అట్లే చేస్తారు కదా!

వేదాలలో స్త్రీ ప్రశంసా మంత్రాలు వందల కొలది ఉన్నాయి. వైదిక వివాహ సంస్కారంలో స్త్రీ ప్రశంసా మంత్రాలే ఎక్కువ ఉన్నాయి. ఋగ్వేద దశమ మండలములోని 85వ సూక్తం పత్నిని గృహ సామ్రాజ్ఞి అంటుంది.

ఓం సమ్రాజ్ఞీ శ్వశురే భవ సమ్రాజ్ఞీ శ్వశ్ర్వాం భవ।
నవాన్దరీ సమ్రాజ్ఞీ భవ సమ్రాజ్ఞీ అధి దేవృషు॥ ఋగ్వేదం (10-85-46)

ఓ వధూ! నీవు నీ అత్త మామలకు, ఆడ బిడ్డలకు, మరదులకు యథా-యోగ్య వ్యవహారంతో ప్రీతిమంతురాలవై వారి హృదయాలను తేజరిల్ల జేయుము. మా కుటుంబ గౌరవాన్ని ఇనుమడింప జేయుము. అంటాడు, వివాహ సంస్కారములో వరుడు. అట్లని అత్త మామలపై పెత్తనము చెలాయించమని కాదు. "సామ్రాజ్ఞి" అంటే చక్కగా ప్రకాశింపచేసేదని అర్థం. వేదాల అనంతరం వచ్చిన స్మృతులలోనూ, ఋషిమునుల గ్రంథాలలోనూ "గృహిణీ గృహముచ్యతే" గృహిణి గలదే గృహం

అన్నాయి అట్టి గృహిణి యజ్ఞవేదివద్ద పతికి కుడివైపున పత్ని కూర్చొని మంత్ర పూర్వకంగా ఆహుతులివ్వలని నిర్దేశించారు.

ఉదాహరణార్థం కొన్ని శ్లోకాలు, వాక్యాలు :

1) శ్రాద్ధే యజ్ఞే వివాహే చ పత్నీ దక్షిణతః సదా।

2) కన్యా దానే వివాహేచ ప్రతిష్ఠా యజ్ఞకర్మణి।
సర్వేషు ధర్మకార్యేషు పత్నీ దక్షిణతః స్మృతా॥

3) శ్లో॥ దక్షిణే వసతి పత్నీ హవనే దేవతార్చనే।
శుశ్రూషా రతికాలే చ వామభాగే ప్రశస్యతే॥

4) శ్లో॥ శ్రాద్ధే పత్నీ చ వామాంగే పాదప్రక్షాళనే తథా।
నాన్దీ శ్రాద్ధే చ హోమేచ మధు పర్కేచ దక్షిణే॥

పై శ్లోకాలన్ని వ్యాఘ్రపాదస్మృతిలోనివి. వీటిలో "దక్షిణతః" అంటే కుడివైపు అని అర్థం "వామతః" అంటే ఎడవవైపు అని అర్థం. శ్రాద్ధ కర్మ అంటే మృతులకు పెట్టే తద్దిన మని కాదు శ్రద్ధతో జీవిత మాతా పితరులకు సేవలు చెయ్యట మని అర్థం.

"పాదప్రక్షాళన క్రియ" అంటే జ్ఞానులకు, యోగులకు, నిజమైన సంన్యాసులకు చేసే అతిథి సేవ - అతిథి యజ్ఞం. రథారోహణ - రథము ఎక్కించేటప్పుడు మాత్రం ఎడమవైపు ఉండాలి. అప్పుడు అదే అనుకూలం. ముందు పతి రథం ఎక్కి చెయ్యిసాయం అందించి పత్నిని పైకి తీసుకోవటం ఎక్కువ అనుకూలం కదా! బహుళ ప్రాచుర్యాన్ని పొందిన "సంస్కార రత్నమాల" కూడ ఇట్లే చెప్పింది.

5) శ్లో॥ "సర్వేషు ధర్మకార్యేషు పత్నీ దక్షిణతో భవేత్।
అభిషేకే విప్ర పాద ప్రక్షాళనే వామతః సదా॥" అంటుంది.

6) శ్లో॥ పితా వై గార్హ పత్యో +అగ్నిః +మాతా +అగ్నిః +దక్షిణః స్మృతః।
గురుర్+ఆహవనీయః +తు సా అగ్ని త్రేతా గరీయసీ॥ మనుస్మృతి (2-231)

వైదిక కాలంనాటి మనుస్మృతియును స్త్రీకి ప్రథమస్థాన మిస్తుంది. ఇన్ని ప్రమాణాలుండబట్టే వైదికులు - వేద ధర్మానుయాములు ముఖ్యంగా ఆర్యసమాజికులు స్త్రీలకు ఉపనయనం చేసి - యజ్ఞోపవీతాన్ని ధరింపజేసి గాయత్రీ మంత్రోపదేశం చేస్తారు. వేదమంత్రాలను నేర్పి సంధ్యాగ్ని హోత్రాది కర్మలు చేయిస్తారు.

కన్యాగురుకులాలు నెలకొల్పి పురుషులతో సమానంగా అన్ని శాస్త్రాలను అధ్యయనం చేయిస్తారు. వారిని పురోహితులుగా, యజ్ఞ బ్రహ్మలుగా, ప్రచారకులుగా, శాస్త్రార్థ మహారథులుగా తయారు చేస్తారు. స్వయంగా సృష్టికర్త యిచ్చిన వేదమే అట్లు చెయ్యమంటున్నది.

1. **"స్త్రీ హి బ్రహ్మ బభూవిథ** – స్త్రీ నిశ్చయంగా బ్రహ్మ (యజ్ఞపురోహితురాలు అగును)"

2. **"పంచజనాః మమ హోత్రం జుషధ్వమ్"** – ఋగ్వేదం (10-53-4)

నేను ఉపదేశించిన అగ్ని హోత్రాన్ని అయిదురకాలైన జనులు- బ్రాహ్మణ, క్షత్రియ వైశ్య శూద్రులు అన్యులు కూడ చెయ్యవచ్చును.

3. **"పృథూ రథో దక్షిణాయాః"** – ఋగ్వేదం (1-123-1)

ఈ వేద వాక్యానికి పం॥ జయదేవోజ మీమాంసా తీర్థగారు – "యజ్ఞ కార్యంలో సదా పత్ని పతికి కుడివైపున కూర్చొన వలె" నని అర్థం వ్రాశారు.

4. **"చోదయిత్రీ సూనృతానాం చేతన్తీ సుమతీనామ్ యజ్ఞం దధే సరస్వతీ"** – యజుర్వేదం (20-85). స్త్రీలు యజ్ఞాలు చేయిస్తూ తమ సుమధుర వాణితో వేద ధర్మోపదేశాలు చెయ్యాలి. ఇట్టి ప్రమాణాలు వేదాలలోను, ఋషుల గ్రంథాలలోను, రామాయణ, మహాభారతాది చరిత్ర గ్రంథాలలోను కోకొల్లలుగా ఉన్నాయి.

పుక్కిటి పురాణాలు పుట్టిన తరువాతనే స్త్రీ విద్యక్రమంగా క్షీణించి పోయింది. మహర్షి దయానందుల వారే స్త్రీ విద్యను పునరుద్ధరించి, కన్యా గురుకులాలను విద్యాలయములను తెరిపించారు. వారి అనుయాయులు D.A.V. కాలేజీలను విస్తృత పరచి కన్యలకు ప్రభుత్వ విద్యతో బాటు వేద విద్యలను నేర్పారు. ఇప్పుడు చాలా వరకు స్త్రీ విద్య వికసించినా పౌరాణికులు స్త్రీలకు ఉపనయనం, యజ్ఞోపవీత ధారణ చేయించుట లేదు. గాయత్రి ఉపదేశాలు చేయటం లేదు. ధార్మిక కార్యాలలో ఇప్పటికినీ పత్నిని పతికి ఎడమవైపుననే కూర్చోబెడుతున్నారు. ఇది మంచిది కాదు.

స్త్రీ విద్య వర్థిల్లును గాక! ధార్మిక కార్యాలలోను వారికి న్యాయం జరుగును గాక !

శ్రాద్ధ తర్పణాలు

జీవించి ఉన్న వారికే వర్తిస్తాయి - మృతులకు కాదు!!?

ప్రియపాఠకులారా!

ఈ శీర్షికను చూసి తొందరపడి మమ్ములను నిందించకండి. మా ఈ క్రింది మాటలను వివేచిస్తూ ఆలోచిస్తూ చదవగోరుచున్నాము.

శ్రద్ధ అంటే సత్యమని నమ్మినదానిని నిష్ఠతో చేయటం. 'శ్రాద్ధము' అంటే - శ్రద్ధతో మాతా పితరులను, పెద్దలను, విద్వాంసులను, నిజమైన సంన్యాసులను మహాత్ములను నిష్ఠతో సేవించటం. తమ శక్తికొలది వారికి దానధర్మాలు చెయ్యటం. వ్యాకరణ విద్వాంసులు ఈ పదమునకు **"సేవయతే దీయతే యస్మాత్ తత్ శ్రాద్ధమ్"** అని నిర్వచనం చెబుతారు. ఇది ఏదో ఒక రోజు కాకుండా నిత్యం చెయ్యమంటాయి మన ధర్మశాస్త్రాలు-

శ్లో॥ కుర్యా దహరహః శ్రాద్ధ మన్నాద్యే నోదకేన వా।

పయో మూల ఫలైర్వాపి పితృభ్యః ప్రీతిమావహన్॥ మానవధర్మ శాస్త్రం (3-82)

"ఓ మానవులారా! (అహరహః) ప్రతి దినము పితరులకు శ్రాద్ధకర్మ చెయ్యాలి. అంటే - శ్రద్ధా భక్తులతో వారి కవసరమైన సేవలన్నీ చెయ్యాలి. వారిని అన్న ఉదకములతోను, పయోమూలములతోను - పాలు కందమూలాదులతోను, ఫలములతోను భోజనం చేయించి తృప్తిపరచాలి. వారికి ప్రియం కలిగేటట్లు నడచుకోవాలి" అంటాయి.

అలా చేసినపుడే వారు పున్నామ నరకబాధలనుండి రక్షింపబడతారంటూ 'పుత్ర' పదమును ఈ విధంగా నిర్వచించారు.

"పుంనామ్నో నరకాత్ యస్మాత్ త్రాయతే పితరం సుతః,

తస్మాత్ పుత్ర ఇతి ప్రోక్తః స్వయమేవ స్వయంభువా॥

మానవధర్మ శాస్త్రం (9-138)

ముసలితనంలో అనుభవించు బాధలను, ఇబ్బందులను అశక్తతను 'పుమ్' అంటారు. అది వారికి నరకంవలె ఉంటుంది. అట్టి పున్నామనరకం నుండి కొడుకులు రక్షిస్తారు, ఆదరించి సేవచేస్తారు. కనుక కొడుకుకు "పుత్రః" అను పేరు కలిగింది" అని నిర్వచిస్తారు.

పున్నామ నరకం అనేది ఎక్కడో యమలోకంలో ఉండదు. బాధలతో, కష్టాలతో గడిపే జీవితాన్ని నరకం అనీ, సుఖాలతో గడిపే జీవితాన్ని స్వర్గమనీ అంటారు నీతిశాస్త్రకారులు. కనుక, శ్రాద్ధమంటే – జీవించి ఉన్న తల్లిదండ్రులను, తాత ముత్తాతలను నానమ్మ ముప్పమ్మలను ప్రేమతో ఆదరిస్తూ సేవలు చేయటం. వారి ఆశీస్సులు పొందటం. ఈ శ్రాద్ధకర్మనే కొన్నిచోట్ల పితృకార్యం అని పేర్కొనటం జరిగింది.

రామాయణం జరిగిన కాలంలో శ్రాద్ధం అనే పదము జీవితపెద్దలకు చేసే సత్కారంగా చెప్పబడింది. వాల్మీకి రామాయణంలోని బాలకాండలో శివ ధనుర్భంగం జరిగిన తదుపరి జనకమహారాజు దశరథమహారాజుకు ఆహ్వానంపంపి స్వాగత సత్కారాలు జరిపి వివాహ ప్రస్తావన తీసుకువస్తాడు. తన వంశక్రమాన్నీ, తన వృత్తాంతాన్నీ తెలిపి రామ లక్ష్మణులకు తన కుమార్తెలైన సీతా ఊర్మిళలను త్రికరణశుద్ధిగా యిస్తానని ప్రతిజ్ఞచేస్తాడు. అనంతరం–

శ్లో॥ రామ లక్ష్మణయో రాజన్ గోదానం కారయస్వ హ।
<u>పితృకార్యం</u> చ భద్రం తే తతో వైవాహికం కురు॥ – వా.రా.బాలకాండ (71–22,23)

ఓ దశరథ మహారాజా! మీరు రామలక్ష్మణులతో గోదానం చేయించి అనంతరం పితృకార్యం – పెద్దలను సత్కరించి వారి ఆశీర్వచనాలను కూడా తీసుకొని వివాహ ఏర్పాట్లు చేసుకోండి. మీకు భద్రమౌతుంది, అంటాడు. అందుకు దశరథ మహారాజు–

శ్లో॥ స్వస్తి ప్రాప్నుహి భద్రం తే గమిష్యామి స్వమాలయమ్।
శ్రాద్ధకర్మాణి సర్వాణి విధాస్యామీతి చా బ్రవీత్॥ – వా.రా.బాలకాండ (72–19)

ఓ జనక మహారాజా! నీవు చెప్పినట్లే మా విడిదికి పోయి రామలక్ష్మణులచే గోదాన శ్రాద్ధాది వివాహాంగ కార్యాలన్నీ చేయించి వారి ఆశీస్సులతో స్వస్తిని ప్రాప్తింపచేస్తా నంటాడు. అనటమే కాదు వెంటనే తన విడిదికి పోయి–

శ్లో॥ స గత్వా నిలయం రాజా శ్రాద్ధం కృత్వా విధానతః।
ప్రభాతే కాల్యముత్థాయ చక్రే గోదాన ముత్తమమ్॥ – వా.రా.బాలకాండ (72–21)

అంత ఆ దశరథుడు తన విడిది కేగి, యథావిధిగా రామలక్ష్మణులచే శ్రాద్ధకార్యం చేయించాడు. పెద్దలకు పాదాభివందన సత్కార్యాదులు చేయించి వారి ఆశీస్సులను ప్రాప్తింపచేశాడు. మరునాడు ప్రభాతకాలంలో స్నాన సంధ్యాగ్నిహోత్రాల

అనంతరం గోదానం చేయించి బ్రాహ్మణోత్తములచే ఆశీస్సుల నిప్పించాడు.

పూర్వం సమావర్తన సంస్కారాన్ని సంక్షిప్తంగా 'గోదానం' అనేవారు. అసలు సమావర్తన సంస్కారం అంటే - గురుకుల విద్యాభ్యాసం పూర్తయిన తదుపరి గురుకులంలోనే గురువుగారు ఒక పెద్ద సంస్కారం - వీడ్కోలు Validatory Function - స్నాతకోత్సవం చేసి చక్కటి సందేశంయిచ్చి ఇంటికి పంపటం. అప్పటినుండి గురుకుల కఠిన నియమాలనుండి విముక్తి కలుగుతుంది. కాళ్ళకు చెప్పులు, అవసరాన్ని బట్టి గొడుగు ధరించవచ్చు. అలంకరణ చేసుకోవచ్చు. వివాహానికి అనుమతికూడా యివ్వవచ్చు. ఆ సమయంలో గురువుగారికి గోదానం మొదలగునవి చేయిస్తారు - గురుదక్షిణ యిప్పిస్తారు. అట్టిది ఇప్పుడు దానిరూపం మారిపోయి పెండ్లికి ముందు కాశీయాత్ర అంటూ కొన్నిక్రియలు చేయిస్తున్నారు.

ముఖ్యంగా మనం ఈ ప్రసంగాన్ని బట్టి శ్రాద్ధకర్మ అంటే - జీవించి ఉన్న మాతాపితరులకు, గురువులకు, పెద్దలకు అభివాదన సత్కారాలు చేసి వారి ఆశీస్సులు అందుకోవటం. ఇది ప్రతిరోజూ చేయటం ఇంకా మంచిది. ధర్మశాస్త్రాలు ఏమంటాయంటే

శ్లో॥ అభివాదనశీలస్య నిత్యం వృద్ధోపసేవినః

చత్వారి తస్య వర్ధంతే ఆయుర్విద్యా యశోబలమ్॥ - మానవధర్మశాస్త్రం (2-121)

ఎల్లప్పుడు వినయవిధేయతలు కలిగి వృద్ధులకు మాతా పితరులకు, తాత ముత్తాతాది పెద్దలకు, విద్వాంసులకు అభివాదం చెయ్యాలి సాష్టాంగ పాదాభివందనం చెయ్యాలి. అందువల్ల అట్టివారి ఆయువు, విద్య యశస్సు, బలము అను నాలుగును వృద్ధిచెందు చుండును. ఇదీ సంక్షిప్తంగా శ్రాద్ధకర్మ అసలు స్వరూపం. ఇక మనం 'తర్పణ' పదమును గురించి ఆలోచిద్దాము.

తర్పణము

'తర్పణము' అంటే - (తృప -తృప్తౌ) 'తృప్తిపరచటం' అని అర్థం. పితృతర్పణమంటే - మాతా పితరులు జీవించి ఉన్నపుడే వారికి అన్న వస్త్ర ఆహార ఔషధాదుల నిచ్చి తృప్తిపరచటం, వారికి అనువ్రతులు కావటం. వారు చేస్తున్న పరోపకారాది వ్రతాలను మనం కూడా చేస్తూ మా కుమారుడు మమ్ము అనుసరిస్తున్నాడనే తృప్తిని వారికి కలిగించటం. ధర్మపూర్వకమైన వారి ఆజ్ఞలను,

ఆశయాలను మనం పాటిస్తూ వారిని తృప్తిపరచటం. దీనినే ఈశ్వరీయ జ్ఞానమైన వేదం - 'అనువ్రతః పితుః పుత్రః, మాత్రా భవతు సంమనాః' అంటుంది. ఇవన్నీ వారు జీవించి ఉన్నపుడే చేసి వారికి తృప్తిని కలిగించాలి. మరణించి మరొక శరీరాన్ని ధరించిన వ్యక్తిని (జీవాత్మను) ఎలా తృప్తిపరచగలం? ఎలాసేవలు చెయ్యగలం?

కొందరు మరణించిన - శరీరాన్ని వదలిన జీవాత్మ ప్రేతగా ఉండి చూస్తుంది, తింటుంది అంటారు. ఇది కేవలం మూఢనమ్మకం. శరీరం ఉన్నపుడే ఆకలిదప్పికలు, సుఖదుఃఖాల అనుభవం ఉంటుంది. ప్రేతాత్మకు ఉండదు. గరుడ పురాణం పేరుతో భూమిపై నవధాన్యాలను పోసి పైన దారాపాత్రకట్టి మొలకెత్తిస్తారు. అప్పుడు చదివే మంత్రాల ప్రభావంతో ప్రేతాత్మకు యాతనా శరీరం నిర్మిస్తున్నామంటున్నారు. ఇది పూర్తిగా అసత్యం. అసంభవం. యాతనా శరీరం నిర్మించకుండా ఉంటేనే ప్రేతాత్మ సుఖంగా ఉంటుంది కదా! అమాయక ప్రజలను మోసగించి ఆ దక్షిణలతో కడుపు నింపుకోవటం మంచిదేనా?

పిండాలు పెట్టి శ్రాద్ధ తర్పణాలు చెయ్యాలని చెప్పే గరుడ పురాణమే ఈ క్రింది మాటలను కూడా స్పష్టంగా చెబుతున్నది-

శ్లో॥ సుఖస్య దుఃఖస్య న కోఽపి దాతా
వరో దదాతి కుబుద్ధి రేషా అ,
పురాకృతం కర్మ సదైవ భుజ్యతే
దేహిన్! క్వచిన్న స్తరయ త్వయా కృతమ్॥ - గరుడ పురాణం - ప్రేతాధ్యాయం (15-19)

సుఖదుఃఖాలకు దాత ఎవ్వడూలేడు. ఇతరులు సుఖదుఃఖాల నిచ్చుచున్నాడనుట దుర్బుద్ధియే. జీవుడు పూర్వకృత కర్మలఫలితాన్ని సదా పొందక తప్పదు. ఓ దేహధారియైన జీవుడా! నీవు చేసిన పాపపుణ్యాలను నీవే అనుభవిస్తావు. తప్పదు. తస్మాత్ జాగ్రత! అని స్పష్టంగా చెబుతున్నది. మహాభారతం ఈ విషయాన్ని మరింత గట్టిగా చెబుతుంది. ఇంతయేల గరుడ పురాణమే మరొకచోట-

"శ్లో॥ న పితుః కర్మణా! పుత్రః వా పుత్ర కర్మణా।
స్వయం కృతేన గచ్ఛంతి స్వయంబద్ధాః స్వకర్మణా॥ (27)"

"శ్లో॥ భూతపూర్వ కృతం కర్మ కర్తార మనుతిష్ఠతి।
యథా ధేను సహస్రేషు వత్సో విందతి మాతరమ్॥ (54)"

"తండ్రి కర్మవల్ల పుత్రుడుగాని, పుత్రుని కర్మవలన తండ్రిగాని బంధింపబడి ఈ మార్గాన వెళ్ళటం లేదు. స్వ స్వకర్మలచే నెల్లరు బంధింపబడి వెళ్ళుచున్నారు. వేలకొలది గోవులలో ఉన్న దూడ తన తల్లిని గుర్తించి పొదుగునుండి పాలు త్రాగునట్లు పూర్వం చేసిన కర్మ కర్తకే ప్రాప్తిస్తున్నది". అంటున్నది. ఇట్టివే మరికొన్ని శ్లోకాలున్నాయి గరుడ పురాణంలో ఉన్నాయి. పరస్పర విరుద్ధంగా ఉన్న ఈ మాటలలో ఏమాటలను మనం నమ్మాలి? కర్మసిద్ధాంతాన్నా? మృతక శ్రాద్ధాన్నా? మీరే ఆలోచించండి.

ద్వేషం అశాంతి కారకం

మనసా పరిక్రమ మంత్రాలలోని చివరిభాగం మీలోని ద్వేషాన్ని సర్వవ్యాపక సర్వేశ్వరుని న్యాయరూప బాహువులకు అర్పించమంటుంది అథర్వవేదం.

యః+అస్మాన్ ద్వేష్టి = ఎవరు మమ్ములను ద్వేషించుచున్నారో, యం వయం ద్విష్మః = మేము ఎవరిని ద్వేషించుచున్నామో, తమ్ + వః + జమ్భే దధ్మః = మమ్ములను నీ న్యాయరూప బాహువులకు అర్పించుచున్నాము. ఎందుకంటే అత్యంత న్యాయకారివైన (Super Justice వైన) నీవే మాకు సరియైన న్యాయం చేయగలవు. ఈ జన్మలో కాకపోయినా రాబోవు జన్మలలోనైనా వారి వారి కర్మలకు తగిన ఫలితమిస్తావు. నీ న్యాయాలయం నుండి ఏ ద్రోహీ బయటపడలేదు. అందుచే మేము ద్వేషాన్ని విడిచి సుఖశాంతులతో సామాజిక జీవనము గడుపుదుము గాక ! అభ్యుదయ నిః శ్రేయసాలను పొంద పూర్ణ పురుషార్థం చేయుదుము గాక ! వివరంగా తెలుసుకో గోరేవారు నా రచన మానవ ధర్మంలోని 10వ చాప్టర్‌లో చదువుకోగోర్తాను.

వ్యావహారిక సంస్కృత భాషలో 'జమ్భములు' అంటే, దౌడలని - నోరు యని అర్థం. అప్పుడు తినేవాడు, నష్టపరచేవాడని అర్థం వస్తుంది. నమిలి నాశనం చేసేవాడని అర్థం చేసుకోవాలి. కాని 'జమ్భః' పదము 'ఉణాదికోశ' మనే వైదిక వ్యాకరణ ధాతుకోశంలో దానిలో రెండు అర్థాలు వ్రాయబడ్డాయి. **'జమతి భక్షయతీతి జమ్భః పఙ్క్తోవా"** అని నిర్వచనం చెప్పబడింది. కనుక పై వ్యాఖ్య మొదటి అర్థాన్ని సూచిస్తుంది. రెండవ అర్థం పంజ్కములు (రెక్కలు). నేను రెండవ అర్థాన్ని గ్రహించి

రెక్కలకు బదులు బాహువులని అర్థం వ్రాశాను. కనుక రెండు అర్థాలు గ్రాహ్యమే. మన మనస్సులోని ద్వేషభావాన్ని పోగొట్టగల శక్తి సర్వవ్యాపకుడై మన శరీరంలోను, జ్ఞానకర్మేంద్రియాలలోను, మనో బుద్ధులలోను, జీవాత్మలమైన మనలోను కూడా వ్యాపించి ఉన్న పరమాత్మ - అంతర్యామిదియే.

మనకు అన్నిరకాల సుఖసాధనాలున్నా, మనస్సులో ద్వేషం ఉంటే అశాంతికి గురియవుతాము. సామాన్యంగా ఈ ద్వేషం తోటి మానవులలో కొందరిపైననే కలుగుతుంది. వారు మనకు అన్యాయంగాని, అపకారంగాని, కష్టంగాని కలిగించినపుడు ఈ ద్వేషం మనలో ప్రవేశిస్తుంది. ఒకొక్కసారి వారేదో మనకు కీడు చేయ తలపెడుతున్నారనే అనుమానంతో కూడా ద్వేషాన్ని పెంచుకుంటూ ఉంటాము. ఇది మంచిది కాదు.

మానవుడు సామాజిక ప్రాణి. అంటే ఇతరుల సహాయ సహకారాలు లేకుండా తాను ఒంటరిగా జీవించలేడు. తన ఆహారం కొందరు పండించి యివ్వాలి. వస్త్రాలు కొందరు తయారుచేసి యివ్వాలి. గృహాలు మొదలైనవి కొందరు నిర్మించి యివ్వాలి. ఇతర ప్రాణులట్లుగాక సృష్టిలో పరమేశ్వరుడు ఏర్పరచిన ఆహారాదులను సేవించి జీవించగలవు. ఇంతేగాక, మానవుడు ఒంటరిగా జీవించడంకన్న తోడుగా కుటుంబంలోగాని, మిత్రులతో గాని గడపాలని కోరుకుంటూ ఉంటాడు. సామాజిక జీవనం వల్లనే మానవులు ప్రగతిని సాధించగలరు. కాని, సామాజిక జీవనం అంత సరళం కాదు. వివిధ మనస్తత్వాలు గల మనుష్యుల మధ్య మనం మనుగడ సాగించవలసి ఉంటుంది. కాబట్టి కొన్ని సామాజిక నియమాలను ఏర్పాటు చేసుకొని వాటికి కట్టుబడి జీవించవలసి ఉంటుంది. రాజుగాని, ప్రభుత్వాలుగాని అప్పటి దేశకాల పరిస్థితులను బట్టి సామాజిక నియమాలు ఏర్పాటు చేస్తారు. అట్టి నియమాలను ఆ దేశ ప్రజలంతా అనుసరించటం ధర్మం. దీనినిప్పుడు Constitution - రాజ్యాంగం అంటున్నారు. సామాన్య మానవుడు మొదలు మంత్రులందరు ఆ నియమాలను అనుసరించవలసిందే, పేదవానికొక న్యాయం, భాగ్యవంతున కొక న్యాయం ఉండకూడదు.

ఇప్పుడు మనదేశం ప్రజాస్వామిక దేశం. కనుక అవసరాలనుబట్టి కొన్ని చట్టాలు చేస్తూ ఉంటారు. వాటిని కూడా మనం అనుసరించవలసిందే, చట్టాన్ని అతిక్రమిస్తే న్యాయస్థానం శిక్షిస్తుంది. ద్వేషించే వ్యక్తి మనపై దాడి చేసినా ఆత్మ రక్షణకై యత్నించాలేకాని ఆ వ్యక్తిని చంపకూడదు. వికలాంగుని చెయ్యకూడదు. చట్టాన్ని మన చేతిలోకి తీసుకోకూడదు. వేదం కూడా ఈ విషయాన్ని తన పద్ధతిలో (శైలిలో) చెబుతున్నది.

ఓం భద్ర మిచ్ఛన్తి ఋషయః స్వర్విదః
తపో దీక్షా ముపనోషదు రగ్రే ।
తతో రాష్ట్రం బలమోజుశ్చ జాతం
తదస్మై దేవా ఉపశసం నమస్తు ॥ – అధర్వవేదం (19-41-1)

పై వేదమంత్రం ఏమి చెబుతున్నదంటే – ఆదిమానవ సృష్టిలో సామాన్య మానవులతోబాటు కొందరు ఋషులు – పూర్వ సృష్టిలో పరిపక్వతను, శుద్ధాంతః కరణమును, ఋషిత్వమును పొందిన మానవులు, ఉద్భవించారు. అట్టివారిలో 4గురు ఋషులకు ఋగ్ యజుర్ సామ అథర్వణములనబడే 4 వేదాలు అంతర్యామి ద్వారా ఉపదేశించబడ్డాయి. లోకకల్యాణం కొరకు, రాజ్యము, రాజ్యాంగము అవసరమని గుర్తించారు. కొంతకాలం దీక్షతో తపస్సు చేశారు. వేదాలను పరిశీలించి మనన చింతనలు చేసి రాజ్యాంగాన్ని (Constitution) రాజ్యాన్ని రూపొందించారు. దానితో రాష్ట్రీయబలం, సామాజికబలం ఉద్భవించాయి. ఆ విధంగా రూపొందించబడ్డ దానికి కట్టుబడ్డారు. పూర్వ చరిత్రను పరిశీలిస్తే ధర్మాత్ములైన రాజులు కూడా కొరడా దెబ్బలు కొట్టించుకున్నారు. ఉపవాసాలు, తపస్సుచేసి శుద్ధులయ్యేవారు.

నేటి మన చట్టాలలో, కోర్టులలో ఎన్నెన్నో లోపాలు. కోట్లాది డబ్బు దోచుకున్నా, హత్యలు, రేపులు చేసినా సరైన సాక్ష్యాలు లేక తప్పించుకుంటున్నారు. మంచివారికి శిక్షలు వేస్తున్నారు. కాని, పరమేశ్వరుని న్యాయస్థానం నుండి ఎవరు తప్పించుకోలేరు. కనుక, మనం మన ద్వేషాన్ని పరమేశ్వరుని బాహువులకు సమర్పించి శుద్ధంగా ఉండటం మంచిది. మనస్సును తేలిక పరచుకోవటం మంచిది. సహన శక్తిని పెంచుకోవాలి. కొందరు చిన్న విషయానికే క్రోధితులైపోతారు. చిన్నమాటకే

అశాంతికి గురియవుతారు. అది మంచిది కాదు. ఈ విషయంలో మనం జపాన్ ప్రజలను అనుసరించటం మంచిది. జపాన్ పర్యటన చేసి వచ్చిన ఒక విద్వాంసుడు తను అక్కడ చూసిన కొన్ని సంఘటనలను చెబుతూ ఈ విధంగా అన్నారు.

"జపాన్ దేశంలోని ప్రజలలో సహనశక్తి మెండుగా ఉంది. ప్రయాణంలో ఒకరి కారును, మరియొకరి కారు ఢీకొంటే, లేదా అడ్డుపడినా, స్వల్పంగా రాసుకున్నా, అడ్డుపడిన ఆ యిద్దరు కారులు దిగి పరస్పరం కరచాలనం (షేక్ హేండు) చేసుకుని, క్షమించాలని చెప్పుకొని వారి వారి కారులలో వెళ్ళిపోతారు. మన మాదిరిగా తిట్లు, శాపనార్థాలు పెట్టుకోరు. అట్లే ఎవరైనా మనస్సును నొప్పించే మాటలన్నా పెద్దగా పట్టించుకోరు. తేలికగా తీసుకుంటారు. మనను ఎవరైనా తిడితే దానిని పెద్దగా తీసుకొని జీవితాంతం మరచిపోము. అదే మాటిమాటికి జ్ఞప్తికి వచ్చి బాధిస్తుంది. అవే మాటలు మన పిల్లలు అంటే పెద్దగా పట్టించుకోము. పిల్లవాడు ఏదో ఉద్రేకంలో అన్నాడులే అనుకొని సరిపెట్టుకుంటాము. ఆ విధంగానే మనమంతా ఒకే దేవుని బిడ్డలం కనుక, ఒకే కుటుంబంలోని వార మనుకొని, సరిపెట్టుకోవాలి" అన్నారు.

ఈ మనసా పరిక్రమ మంత్రాలలోనూ అదే భావం ఉంది. అన్నివైపులా పరమేశ్వరుడు తన శక్తులతో రక్షిస్తున్నాడని గుర్తించి దేవునకు ధన్యవాదాలు చెప్పుకోవాలి. ఆయన సృజించిన రక్షణ శక్తులకు కూడా ధన్యవాదాలు చెప్పుకోవాలి. వాటిని దేవుని ఇషువులుగా (బాణాలుగా) గుర్తించాలి. ఆ రక్షణ శక్తులకు సంబంధించిన జ్ఞానాన్ని పెంచుకొని, వాటినుండి విశేష ప్రయోజనాలను పొందాలి. విజ్ఞాన, సాంకేతికలను పొంది ముందు తరాలకు విశేష ప్రయోజనాలను కలిగించాలి. నూతనావిష్కారాలను చేయయత్నించాలి.

అయితే మనం ఇంతవరకు తూర్పువైపున ఆదిత్య రూపంలో ఉన్న బాణాలను గురించే తెలుసుకున్నాము. మిగిలిన 5 దిక్కులలో ఉన్న బాణాలను – రక్షణ శక్తులను గురించి తెలుసుకోవలసి ఉంది. **"వేదం చెప్పే దిక్పాలకులు"** శీర్షికలో తెలిపే ప్రయత్నం చేస్తాను.

వేదం చెప్పే దిక్పాలకులు

దిక్పాలకుల గురించి పురాణాలలో రకరకాల కథలున్నాయి. ఉదాహరణకు దక్షిణ దిక్కున పితృలోకమున్నదనియు, అక్కడనే మన మృత పితరులుంటారనియు చెప్పబడింది, ఒక పురాణంలో. మరొక పురాణంలో ఆ పితృలోకంలో పితృయానమార్గంలో వెళ్ళిన వారికే ప్రవేశమున్నదంటారు. అక్కడ వారికి అనేకానేక విశేష సుఖసాధనాలుంటాయనియు, వారు చేసుకున్న పుణ్యం ఖర్చయిపోయి తిరిగి భూలోకానికి వస్తారనియు చెప్పబడింది. ఈ మధ్య టి.వి.లో ఒక పండితుడు "లేదు లేదు", అక్కడ మన మృత పితరులు కాదు. వేరే పితృదేవతలుంటారు. ఎప్పటికీ వారు అక్కడనే ఉండి లోకాలను రక్షిస్తూ ఉంటారని చెప్పారు. మరికొందరు దక్షిణ దిక్కున అసురలోకమున్నదనియు, దానికి కుబేరుడు రాజనియు, రావణాసురుడు ఆ కుబేరుణ్ణి వెళ్ళగొట్టి తానక్కడ రాజయినాడనియు అంటుంది. ఏది ఎంతవరకు సత్యమో ఎలా తెలుసుకోవాలి. మనం అడిగి చూసినా ఏవేవో ఆధ్యాత్మిక కథలు చెప్పి తప్పించుకుంటారు. ఒకరు ఒకరకంగా, మరొకరు మరొక రకంగా చెప్తారు. మరి, సృష్టికర్త ఏమంటున్నాడో ఇక్కడ తెలుసుకుందాము.

1. "ప్రాచీ దిగగ్ని రధిపతి రసితో రక్షితాదిత్యా ఇషవః" సంధులు విడదీస్తే ఓం ప్రాచీదిక్ + అగ్నిః + అధిపతిః, అసితః రక్షితా ఆదిత్యా ఇషవః అవుతుంది. (అథర్వవేదం 3-27-1). తూర్పు దిక్కునకు అగ్ని అధిపతి - అంటే సర్వవ్యాపక సర్వేశ్వరుడు అధిపతిగా ఉండి తన ప్రకాశశక్తితో (అగ్నితో) ప్రాణులన్నిటికి వెలుగును, వేడినీ, పరోక్షంగా ఆహారాన్ని ఇస్తూ ప్రాణులన్నిటిని కాపాడుచున్నాడు, పోషించుచున్నాడు. తూర్పుదిశకు ఏకేశ్వరుడే తన ప్రకాశశక్తితో ఆదిత్యుని (సూర్యుడిని) సృజించి, ఆదిత్యరూప బాణాలతో ప్రాణులన్నిటిని రక్షిస్తున్నాడని అర్థం చేసుకోవాలి.

2. దక్షిణా దిగ్ ఇంద్రోఽధిపతిః + తిరశ్చిరాజీ రక్షితా పితర ఇషవః ।

దక్షిణ దిక్కునకు ఏకేశ్వరుడైన పరమాత్మయే తన ఇంద్ర శక్తితో "పితరులు" అనే బాణాలతో తిర్యక్ ప్రాణుల బారిన పడకుండా మనను రక్షిస్తున్నాడు.

<u>వివరణ :</u> ఇచ్చట 'ఇంద్రశక్తి' అంటే (ఇది - పరమైశ్వర్యే) ఉత్తమోత్తమమైన ఐశ్వర్య సంపన్నుడనీ జీవులకు వారి వారి పురుషార్థాలకు తగినట్లు ఐశ్వర్యముల నిచ్చువాడనీ

అర్థం. మానవులమైన మనకు వికసించిన ఇంద్రియ మనో బుద్ధుల నిచ్చువాడనీ, ఐశ్వర్యముల నిచ్చి మనను కూడా ఇంద్రియాధిపతులను చేసిన 'ఇంద్రియ ప్రదాత' కూడా అని గ్రహించాలి.

తిరశ్చి రాజీః + రక్షితా పితరః + ఇషవః = తిర్యక్ ప్రాణులబారిన పడి బాధలు కలుగకుండా 'పితరులు' అనే బాణాలతో మనను రక్షిస్తున్నాడు. తిర్యక్ ప్రాణులంటే - వంకర టింకరగా ప్రాకే పాములు, నిశాచరులైన క్రూరమృగాలు మొదలైనవనియూ, వక్రమార్గమున ధనవంతులైన మానవులనియూ అర్థం చెప్పుకోవచ్చును. ఇచ్చట పితరులంటే కేవలం మాతా పితరులేకాదు, చంద్ర నక్షత్ర అగ్ని విద్యుత్‌లని కూడా అర్థం. రాత్రి వేళలలో చీకటినుండి రక్షించుకోవటానికి అవి ఉపయోగపడుచున్నవి కదా ! అట్లే, చంద్రుని వెన్నెల, నక్షత్రాల మంద ప్రకాశం కూడా మనను రక్షిస్తున్నాయి.

తిరశ్చిరాజీ = వక్రమార్గాన ధనవంతులై ప్రకాశించి, ఒక వెలుగువెలిగి నశించిపోయే మానవులనియును అర్థం చెప్పుకోవచ్చును. అట్టి వారిని చూసి మనము "నిజాతీయతీగా ఉండి మనం ఏమి సాధించాము. గవర్నమెంటు ఉద్యోగమే అయినా ఖర్చులకే సరిపోవటం లేదు." అనుకుంటూ వారి చెడు మార్గం అనుసరించవచ్చు. అప్పుడు జ్ఞాన పితరులు, తల్లిదండ్రులు, పెద్దలు, ధర్మోపదేశకులు అది మంచిది కాదు, లోకం కళ్ళుకప్పినా, సర్వవ్యాపక సర్వేశ్వరుడు, విధాత (కర్మఫల దాతా) అయిన దేవుడు చూస్తాడు కదా ! అని నివారిస్తారు. పాపంలో పడకుండా కాపాడుతారు.

మంత్రంలో చెప్పినట్లు అట్టి రక్షకుడైన పరమేశ్వరునకు, అతని ఇంద్ర శక్తికి బాణరూప జడ, చేతన పితరులకు నమస్సులతో ధన్యవాదములు, కృతజ్ఞతలు తెలపుటం జరిగినది.

3. ఓం ప్రతీచీ దిగ్వరుణోఽధిపతిః, పృదాకూ రక్షితాన్నమిషవః

(ప్రతీచీ దిగ్ వరుణః + అధిపతిః - పృదాకూ రక్షితా + అన్నమ్ + ఇషవః।)

ప్రతీచీ దిక్కునకు అంటే పడమర దిక్కునకు వరుణుడు (సర్వోత్తముడైన ఏకేశ్వరుడు) అధిపతి. అతడు ఆకలితో అన్నార్తులైన మానవులకు, సర్వప్రాణులకు అన్నము అను బాణాలతో వారివారికి తగిన అన్నములను సృష్టిస్తూ ప్రాణిమాత్రులన్నిటిని రక్షిస్తున్నాడు.

<u>వివరణ :</u> సృష్టికర్తయైన ఏకేశ్వరుడే తాను సృష్టించిన రకరకాల ప్రాణులను

వాటిని సృష్టించకముందే వాటికి తగిన ఆహారాదులను సృష్టిస్తాడు. ఈ విధంగా ఇప్పటికీ సృష్టిస్తూనే ఉన్నాడు. కనుక, వివేకవంతులైన మానవులు తాము ఆహారం తీసుకోబోయేముందు అన్నపతిని స్మరించి భోజనం చేస్తారు. ఆ వివరాలు వైదిక పుస్తకాలలో ఉంటుంది. వాటిని అక్కడ చూడండి.

అందుచేతనే మన ఋషులు ఈ మంత్రాలను నిత్యం విధిగా చేయవలసిన సంధ్యావందనంలో చేర్చారు. రెండు వేళల సంధ్యావందనం చేయటం మంచిది.

ఇక మనం వరుణ పదమునకు గల మరొక అర్థాన్ని తెలుసుకుందాము. ఈ పదము "వృఞ్ - ఆవరణే" అనే మరొక వ్యాకరణ ధాతువుతో కూడా నిర్మించవచ్చును. అందుచే "ఆవరించియుండు వాడు" అనే అర్థం చెప్పుకోవచ్చును. కనుక ఆధ్యాత్మిక ప్రకరణంలో వరుణ పదము పరమేశ్వరునికి, ఆధిభౌతిక అర్థంలో రాజులకు, భాగ్యవంతులకు, ఆధిదైవికార్థంలో మేఘాలకు వర్తింప చేసి ఆయా ప్రకరణాలకు ఆ రకంగా అర్థం చెప్పుకోవచ్చు.

ఈ మంత్రంలోని "పృదాకుః" అనే పదము "పర్ద-కుత్సిత శబ్దే" అనే ధాతువుతో నిర్మితమౌతుంది. కనుక, బాధలతో ఆర్తనాదాలు చేసే ప్రాణులకు వర్తిస్తుంది. కనుక, మేము అన్నార్తుల ఆర్తనాదాల నివారణకు 'అన్నం' అనే బాణాలతో రక్షిస్తున్నాడని అర్థం వ్రాశాము.

4. ఉదీచిదిక్ సోమోఽధిపతిః, స్వజోరక్షితా శని రిషవః ।

ఉదీచీదిక్ సోమ+అధిపతిః, స్వజః + రక్షితా + అశనిః + ఇషవః

ఉదీచీ దిక్కునకు (ఉత్తరదిక్కునకు) సోముడు – ఉత్పాదకశక్తిగల అధిపతియైన ఏకేశ్వరుడే అధిపతిగా నుండి, వ్యాధికారక స్వజల నుండి (రోగకారక సూక్ష్మ జీవుల నుండి) అశని బాణాలతో రక్షిస్తున్నాడు.

<u>వివరణ :</u> పై మంత్రంలోని సోమ పదము షుఞ్ – అభిషవే" అనే ధాతువుతో తయారౌతుంది. అభిషవమంటే ఉత్పన్నము చేయుట" అని అర్థం. సమస్త జడ చేతన జగత్‌లను ఉత్పన్నము చేయుచున్నాడు కనుక ఏకేశ్వరునకే, సోముడని మరియొక పేరు. 'స్వజః' అనే పదము "అజ-గతిక్షేపణయోః" అనే ధాతువుతో నిర్మించబడుతుంది కనుక దాని ముందు 'సు' చేర్చి 'స్వజః' తయారైందని కొందరంటారు. కనుక స్వయంగా ఉత్పన్నమయ్యే రోగకారక సూక్ష్మజీవుల నుండి రక్షిస్తున్నాడని అర్థం వ్రాయటం జరిగింది.

సూచన : స్థలాభావం వల్ల వ్యాకరణ వివరాలు సంక్షిప్తంగా వ్రాయటం జరుగుచున్నది. ఇకముందు మరింత సంక్షిప్తంగా వ్రాస్తున్నాము. వివరంగా తెలుసుకోగోరువారు నా రచన సంధ్యావందనం – వైజ్ఞానిక సమాలోచనములోని మనసా పరిక్రమ మంత్రాలలో చూడగోరుచున్నాను.

5. ఓం ధృవాదిగ్ + విష్ణోః + అధిపతిః, కల్మాషః + గ్రీవోః అధిపతిః,
స్వజః రక్షితా వీరుధ ఇషవః ।

వివరణ : క్రింది దిక్కునకును సర్వవ్యాపకుడైన విష్ణువు అధిపతిగా నుండి కల్మాషగ్రీవాల నుండి కల్మాషాలను – మాలిన్యాలను వదిలిపెట్టుచున్న పొగ గొట్టాల నుండి, మురికినీటిని వదిలి పెట్టుచున్న నాళాల నుండి రక్షిస్తున్నాడు. ఎట్లంటే వీరుధ బాణాలతో – భూమిని చీల్చుకొని వస్తున్న వృక్షజాతులతో రక్షిస్తున్నాడు.

6. ఓం ఊర్ధ్వాదిగ్ బృహస్పతి రధిపతిః, శ్విత్రో రక్షితా వర్షమిషవః ।

ఊర్ధ్వాదిక్ – పై దిక్కునకు బృహస్పతి – పెద్దపతి – పెద్దస్వామియైన "ఏకేశ్వరుడే అధిపతిగా నున్నాడు. అతను వర్ష బాణాలతో ఈ భూమి శ్విత్రం కాకుండా – ఎడారిగా మారకుండా రక్షిస్తున్నాడు.

వివరణ : వరుసగా కొన్ని సంవత్సరాలు వర్షాలు పడకపోతే ఈ భూమంతా ఎడారిగా మారిపోతుంది కదా ! అటువంటి ప్రమాదం నుండి సముద్రాలలోని నీటిని భూమిపైన ఉన్న నీటిని సూర్యకిరణాలతో ఆవిరిగా మార్చి తిరిగి భూమిపైకి తీసుకువచ్చి వర్షంగా కురిపిస్తున్నాడు. అందుచే, బృహస్పతియైన ఏకేశ్వరునకు, అతని శక్తులకు, అతని బాణములైన మేఘ వర్షాలకు మా నమస్సులని చెప్పబడింది.

మనం లోకంలో 'మూర్తీభవించిన ధర్మము' గా భావించే శ్రీరామునకు, అతని బాహువులకు, ధనుర్బాణులకు మా నమస్సులు. రామబాణానికి తిరుగు లేదు. 'రామబాణానికి జై' అంటాము కదా ! అట్లే దేవునికి, దేవుని శక్తులకు, అతని బాణాలకు 'నమః' అంటున్నాము.

చివరిగా మరొకమాట. ఆయా దిక్కులకు మనస్సుతో తిరగాలి కాని శరీరంతో కాదు. నమః కేవలం హృదయ పూర్వక మనసులకే కాదు. నమః అనే పదములో – అన్నము, దండనము మొదలైన మరికొన్ని అర్థాలు కూడా ఉన్నాయి. ప్రకరణాన్ని బట్టి అందుకు తగిన అర్థాన్ని తీసుకొని ప్రయోగించుకోవాలి.

పతంజలి మహర్షి వ్రాసిన యోగదర్శనంలోని 'ప్రత్యాహారం' పదముకూడా

ఇదే నిర్దేశిస్తున్నది. తాను స్థిరమైన ఆసనంలో, స్థిరంగా కూర్చొని పలుమార్లు బయటకు పరుగులెత్తుచున్న మనస్సుకు నచ్చ చెప్పుకుంటూ ప్రతీచోట సర్వవ్యాపక సర్వేశ్వరుడు నిండుగా ఉన్నాడు అని తలుస్తూ ధ్యానించాలి. కనుక అట్టి పరమేశ్వరుని పరమానంద స్వరూపాన్ని దర్శించాలంటే అంతర్ముఖులమై ఆత్మ పరమాత్మల దర్శనం చేయక తప్పదు. అప్పుడే సర్వదుఃఖ నివృత్తిరూప ముక్తి కలుగుతుంది. త్రిలోకాలను దాటి దేవుని తృతీయధామంలో స్వేచ్ఛగా కోట్లానుకోట్ల సంవత్సరాలు విహరించవచ్చు. **నాన్యః పంథా విద్యతే + అయనాయ** (యజు. 31-18). వేరే మార్గం లేనే లేదంటుంది, వేదం.

ఉపస్థానమే ఉపాసన

నేడు లోకంలో భక్తులంతా మేము దేవీ ఉపాసకులమనీ, దుర్గా ఉపాసకులమనీ, కాళీ ఉపాసకులమనీ, అయ్యప్ప ఉపాసకులమనీ, గాయత్రీ ఉపాసకులమనీ, సూర్యోపాసకుల మనీ ..... ఈ విధంగా రకరకాల దేవీ దేవతల పేర్లతో విగ్రహాలను నిర్మించుకొని వాటికి షోడశోపచార పూజా విధానాలు చేస్తూ ఉంటారు. చరిత్రలు వ్రాస్తూ వ్రాయిస్తూ ఉంటారు. వాటి మాలలు ధరిస్తూ కొద్ది రోజులు (40 నుండి 50 రోజులు) ఎన్నెన్నో నియమాలు పాటిస్తూ తాపసిక జీవితం గడుపుతారు. వ్రత ఉద్యాపన అయిన తరువాత మరల పాత అలవాట్లే, పాత వ్యసనాలే. అసలు ఉపాసన అంటే ఏమిటి ? అనేది చాలమందికి తెలియదు.

ఉపస్థానమన్నా, ఉపాసన అన్నా ఒకటే అర్థం. ఉప అంటే సమీపమున యని అర్థం. ఉపస్థానం అంటే సమీప స్థానంలో కూర్చోవటం. ఉపాసన అంటే కూడా సమీపస్థానంలో ఆసీనులు కావటం. మరి దేని సమీపంలో కూర్చోవాలి ? ఎవరి సమీపంలో కూర్చోవాలి ? ఈ పదం ఎక్కువగా ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రంలోనే ప్రయోగింపబడుతుంది కనుక దేవుని సమీపంలో కూర్చోవటం అని ఈ రెండు పదములకు అర్థం వస్తుంది.

మనమంతా భారతీయులం కావటం మన అదృష్టం. ఆదిమానవు లుద్భవించినదీ, ఈశ్వరీయ జ్ఞానం ఆవిర్భవించినదీ ఈ దేశంలోనే. భారతీయ

ఋషులు ఆ జ్ఞానాన్ని అందుకొని మనన చింతన పరిశోధనలు చేసి ఎన్నెన్నో ఆధ్యాత్మిక, వైజ్ఞానిక, సామాజిక, శాస్త్రాలను వ్రాశారు. వారు శ్రమించి వ్రాసిన జ్ఞానవిజ్ఞానాలను దేశవిదేశాలలో ప్రచారం చేశారు. గురుకులాలు స్థాపించి ముందు తరాలకు వాటిని అందించారు. ప్రపంచ గురువులై ప్రకాశించారు. అట్టి వేదాలు, శాస్త్రాలు దేవుని గురించిన స్పష్టమైన జ్ఞానాన్ని కలిగిస్తున్నాయి. ఇంతవరకు 63 కరపత్రాలు వ్రాసి మా ఆర్యసమాజం ద్వారా ప్రచురించి మీకు అందించటం జరిగింది. దేవుడు - జీవుడు - ప్రకృతులను హేతుబద్ధంగాను, వైజ్ఞానికం గాను చెప్పటం కూడా జరిగింది. వాటిలో కొన్నిటిని 'ఈశావాస్య మిదం సర్వమ్', 'పురుష సూక్తం', 'దేవుడు - జీవుడు - ప్రకృతి', అనే పుస్తకాలుగా చేసి ప్రచురింపబడ్డాయి. మరి రెండు పుస్తకాలుగా ప్రచురించే ప్రయత్నం చేస్తున్నాము. అట్టి సర్వవ్యాపక సర్వేశ్వరుని సమీపంలో కూర్చోవటమే నిజమైన ఉపాసన అవుతుంది. దీనికి భిన్నమైనవన్నీ నామమాత్రపు ఉపాసనలే.

మేము ఇంతకుముందు తెలిపినట్లుగా ఉపాసన ఉపాసనలో స్తుతి, ప్రార్థనలు కలిసి ఉంటాయి. ఇప్పుడు ఉపాసన పద్ధతిని మరికొంత వివరించే ప్రయత్నం చేస్తున్నాము.

భగవద్గీతలో చెప్పినట్లుగా -

శ్లో॥ శుచౌ దేశే ప్రతిష్ఠాప్య స్థిరమాసన మాత్మనః ।
నాత్యుచ్ఛ్రితం నాతి నీచం చైలాజినకుశోత్తరమ్ ॥ (భ.గీత 6-11)

పరిశుద్ధ ప్రదేశంలో దర్భ మృగ చర్మముపై ఒక తెల్లటి వస్త్రాన్ని పరచుకోవాలి. స్వాభావికంగా చచ్చిన మృగ చర్మం ఇప్పుడు దొరకటం కష్టం కనుక ఊలు, ఉన్నితో కూడిన రగ్గును నాలుగు మడతలు పెట్టి వేసుకుంటే సరిపోతుంది. ఆ ఆసనం మరీ ఎక్కువ ఎత్తుగాను, అట్లే మరీ క్రిందగాను ఉండకూడదు. దానిపై తాను కదలకుండా స్థిరంగా ఒక గంట కూర్చోగలగేదిగా ఉండాలి.

శ్లో॥ తత్రైకాగ్రం మనః కృత్వా యతచిత్తేన్ద్రియ క్రియః ।
ఉపవి శ్యాసనే యుంజ్యా ద్యోగ మాత్మ విశుద్ధయే ॥ (భ.గీ. 6-12)

అట్టి ఆసనముపై కూర్చుండి చాలా చంచలంగా ఉన్న మనస్సును, ఇంద్రియాలను స్థిరపరచ యత్నించాలి. ఇందుకు కొద్దిసేపు ప్రాణాయామం చేస్తే

ఎక్కువ అనుకూలంగా ఉంటుంది. తల, మెడ, వెన్నెముకలలో వంకరలు లేకుండా నిటారుగా కూర్చొని ఆత్మపరమాత్మలను గురించి కొద్దిసేపు ఆలోచించాలి.

నేను, నేను అనుకునే మనం 'నేను' అనే భావం ఎక్కడ నుండి పుదుతున్నదో తెలుసుకొని అక్కడ మన మనస్సును ధారణ చెయ్యాలి. నిలపాలి. అప్పుడు మన అసలు స్వరూపాన్ని గురించి ఆలోచించాలి. మన వేద శాస్త్రాల ప్రకారం జీవుడు అణుస్వరూపుడు. అతి చిన్న పరిమాణం గలవాడు.

"బాలాగ్ర శతభాగస్య శతధా కల్పితస్య చ
భాగో జీవః స విజ్ఞేయః స చానన్త్యాయ కల్పతే" (శ్వేతాశ్వతర ఉపనిషత్తు 5-9)

- అని చెప్పినట్లు మనం ఒక పరమాణువంత పరిమాణం కలవారం. మన తండ్రి గారి వీర్యంలోని ఒక వీర్యకణంలో ఇమిడి పోగలగిన అతి చిన్నపరిమాణం మనది. పరమాణు సదృశం అని చెప్పవచ్చు. అయినప్పటికిని సర్వవ్యాపక సర్వేశ్వరుడు మనలో నిండుగా వ్యాపించి ఉన్నాడు. కనుక మనం అంతర్ముఖులమై దేవుడిని మనలో వెతుక ప్రయత్నించాలి. అప్పుడు అది సరియైన ఉపాసన ఔతుంది.

ఇంతవరకు మనం ఋషులు, మహాపురుషులు చెప్పిన మాటలలో ఉపాసన గురించి తెలుసుకున్నాము. ఇక మనం వేదమేమి చెప్పుచున్నదో తెలిసికుందాము.

మహర్షి దయానంద సరస్వతి గారు సంకలనం చేసిన ఉపస్థాన మంత్రాలు చాలా యోజనాబద్ధంగా ఉన్నాయి. వారు యజుర్వేదానికి పూర్తిగా భాష్యం వ్రాశారు. అందులోని 4 మంత్రాలతో ఉపస్థాన మంత్రాలుగా సంకలనం చేశారు. ఇవి మనకు యోగసాధన చేయటానికి మార్గదర్శనం చేస్తాయి. వాటిని మనం అర్థభావనతో పఠిస్తే అవి మనకు ధ్యానమగ్నులను - ఉపాసనా మగ్నులను చేస్తాయి. మనం ఉపాసనా మగ్నులము కాగలితే ఒక గొప్ప శాంతి కలుగుతుంది. మనస్సు ప్రసన్నమౌతుంది. తృప్తి కలుగుతుంది. ఆనందం కలుగుతుంది.

మొదటి మంత్రం -

ఓం ఉద్వయం తమసస్ + పరి స్వః పశ్యన్త ఉత్తరమ్ ।
దేవం దేవత్రా సూర్య మగన్మ జ్యోతిరుత్తమమ్ ॥ యజుర్వేదం (35-14)

వాక్యార్థం : <u>ఉత్ + వయం తమసః + పరి స్వః పశ్యన్త</u> = మేము ముందుగా అవిద్యా అజ్ఞానాంధకారాల నుండి పైకెగిరి పరమేశ్వరుని ఆనంద

స్వరూపాన్ని (దివ్యమైన ప్రకాశాన్ని) చూతుము గాక !

ఉత్తరమ్ దేవం దేవత్రా సూర్యం + అగన్మ జ్యోతిరుత్తమమ్ = అనంతరం దేవత్రా సూర్యుని దర్శించి ఉత్తమోత్తమ ప్రకాశాన్ని పొందుదుము గాక !

వివరణ : మన వేదశాస్త్రాలన్నీ పరమేశ్వరుని అసలు స్వరూపం 'ఆనందం' అని చెబుతాయి. అది ఈ లోకంలో లభించే సామాన్య ఆనందం వంటిది కాదు. వేదం ఏమంటుందంటే –

ఓం యో భూతం చ భవ్యంచ సర్వం యశ్చాధి తిష్ఠతి ।
స్వర్వస్య చ కేవలం తస్మై జ్యేష్ఠాయ బ్రహ్మణే నమః ॥ - అ.వే. (10-8-1)

ఏ పరమేశ్వరుడు భూత భవిషద్వర్తమాన కాలముల నతిక్రమించి విరాజిల్లుచున్నాడో, ఆ మూడు కాలాలలోను జరుగు సర్వకార్యాలను చక్కగా తెలుసుకొనుచున్నాడో, స్వర్వస్య కేవలం – కేవలం సుఖమే ఎవని స్వరూపమో, ఎవడు జీవులకు ప్రాపంచిక క్షణ సుఖాలను, మోక్షరూప అఖండ సుఖాన్ని – బ్రహ్మానంద సుఖాన్నియిస్తున్నాడో అట్టి జ్యేష్ఠబ్రహ్మకు మా నమస్సులు.

వివరణ : ఈ మంత్రం పరమేశ్వరుని 'జ్యేష్ఠబ్రహ్మ' అంటుంది. సామాన్యంగా బ్రహ్మ అంటే పెద్దది, గొప్పది, అని అర్థం. ఆధిభౌతిక, ఆధిదైవిక అర్థాలలో చాలా వ్యక్తులను, వస్తువులను పదార్థాలను బ్రహ్మగా పేర్కొనవచ్చును. అటువంటిలో పరమేశ్వరుడు జ్యేష్ఠబ్రహ్మ – ముందుగా పేర్కొన దగిన బ్రహ్మ, ఇంగ్లీషులో First Person అన్నట్లుగా. ఇటువంటి మంత్రాలు వేదాలలో మరికొన్ని ఉన్నాయి.

ఈ మంత్రం పరమేశ్వరుడుని సర్వజ్ఞుడనీ, సర్వాధారుడనీ, సర్వాధిష్ఠాత అనీ చెబుతున్నది. అట్టి సర్వవ్యాపక దేవదేవుని మనం ఎలా దర్శించగలం ? ఎలా అనుభవైక వేద్యం చేసుకోగలం ? అంటే అతడు కేవలానంద స్వరూపుడు కనుక మనం అంతర్ముఖులమై ఒక దివ్యమైన మాటలలో చెప్పనలవికాని ఆనందానుభూతిని పొందితే అది పరమేశ్వరుని 'మంద దర్శనం' అని చెప్పవచ్చు. అమావాస్యనాటి కటిక చీకటి క్రమంగా పోతూ పోతూ మంద ప్రకాశము, ఉషస్సులు, బాల సూర్యుడు, ప్రచండ సూర్యుడు ఎట్లా మనకు ప్రతిరోజు సూర్యుడు దర్శన మిస్తున్నాడో అట్లే ఉపాసకునకు, యోగికి ఆ మంద ఆనందానుభూతి క్రమంగా పెరుగుతూ మహదానందం కలుగుతుందట. అప్పుడే పరమేశ్వరుని దర్శనం అయినట్లు అర్థం

చేసుకోవాలంటారు. దీనిని ఉపనిషత్తులు ఈ విధంగా వర్ణించాయి.

శ్లో॥ సమాధి నిర్ధూత మలస్య చేతసో,
నివేశితస్యాత్మని యత్ సుఖం భవేత్ ।
న శక్యతే వర్ణయితుం గిరా త దా
స్వయం తదంతఃకరణేన గృహ్యతే ॥

– మైత్రాయణ్యుపనిషత్ (4-4-9)

పద్యం : స్థిర సమాధి నిర్మలమగు చేతమునకు
నాత్మయందత్తు కొన్నప్పుడబ్బు సుఖము
స్వానుభవ వేద్యమగు నది యంతె కాని,
ఇట్టిదన తెల్ప వాక్కుల కెట్లు పొసగు ?

- పద్యానువాదం పండిత గోపదేవ్ శాస్త్రి గారు

పతంజలి మహర్షి కూడా ఇట్లే చెప్పారు.

“యోగాంగానుష్ఠానా దశుద్ధిక్షయే జ్ఞానదీప్తిర్ ఆ వివేకఖ్యాతే ॥

శ్రద్ధతో యోగాంగములను - యమ నియమ ఆసన ప్రాణాయామ ప్రత్యాహార ధ్యాన సమాధులను అభ్యాసం చేస్తూవుంటే క్రమక్రమంగా మనోబుద్ధులలోని రాగద్వేషాది మాలిన్యాలు క్షయిస్తూ జ్ఞానదీప్తి – జ్ఞానప్రకాశం పెరుగుతూ ఉంటుంది. అలా పెరుగుతూ పెరుగుతూ వివేకఖ్యాతి – ఋషిత్వం కలుగుతుంది. అప్పుడు ఏ పదార్థం ఎలా ఉంటుందో స్పష్టంగా కనబడుతుంది.” అన్నారు. అట్టి దానిని ‘యౌగిక ప్రత్యక్షం’ అంటారు విద్వాంసులు.

భగవద్గీత (6-21) **‘సుఖమాత్యంతికం యత్తద్ బుద్ధిగ్రాహ్యమ్ + అతీంద్రియం’** అంటుంది. ఇది ఎలా ఉంటుందంటే కిరసనాయిల్ దీపపు చిమ్ని (అద్దం) నల్లగా మసిబారి ఉంటే ప్రకాశం తక్కువగా యిస్తుంది. అట్టి దానిని రోజు తోముతూ ఉంటే ప్రకాశం పెరుగుతూ ఉంటుందని మనందరికి తెలిసిన విషయమే కదా !

పరమేశ్వరుడు ఆనంద స్వరూపుడు

పరమేశ్వరుడు ఆనంద స్వరూపుడని మన వేదశాస్త్రాలన్నీ చెబుతాయి. ఆ విషయాలు కొన్నిటిని మనం ఇంతకుముందు తెలుసుకున్నాము. మరికొన్నిటిని ఇక్కడ తెలుసుకుందాము.

ఋగ్వేద 10వ మండల 121వ సూక్తానికి ' హిరణ్యగర్భ సూక్త' మని పేరు. ఆ సూక్తంలోని 1 నుండి 9 మంత్రాలు **"కస్మై దేవాయ హవిషా విధేమ"** అనే ధృత వాక్యంతో అంతమౌతాయి. ఇచ్చట 'కస్మై' అంటే ఏ దేవుని కొరకు అని అర్థం కాదు. సుఖ స్వరూపుని కొరకు అని అర్థం. ఎందుచేతనంటే – వైదిక నిఘంటువులో కః అంటే సుఖం (ఆనందం) అనే అర్థం కూడా ఉంది. అంతేకాక నిరుక్తంలోనూ అట్లే నిర్వచించబడింది. బ్రాహ్మణ గ్రంథాలు 'కః వై ప్రజాపతిః' అని నిర్వచించాయి. ఆ వివరాలు మా ప్రచురణ "దేవుడొక్కడే– నామములనేకం" లో చూడండి. ఇంతేగాక, ఇట్టి మంత్రాలు యజుర్వేదంలోను, కొన్ని శాఖా గ్రంథాలలోను బ్రాహ్మణాది గ్రంథాలలోను కూడా ఉన్నాయి. మహర్షి దయానందులవారు– 'కస్మై దేవాయ హవిషా విధేమ' అనే పదమునకు ధారితవాసస్తే, తస్మై సుఖస్వరూపాయ దేవాయ హవిషా విధేమ" = అట్టి సుఖస్వరూపుడైన దేవుని హవిస్సుతో (పూర్ణ పురుషార్థం చేస్తూ) ప్రార్థించాలి. ఉపాసించాలి, అని అంటారు. తగిన హవిస్సు (హోమద్రవ్యం) లేకుండా చేసిన అగ్నిహోత్రం ఏ విధంగా ఫలితాన్నివ్వలేదో అట్లే తగిన ప్రయత్నం లేని ప్రార్థన కూడా ఫలితాన్నివ్వలేదు.

పైవన్నీ వేదశాస్త్రాల ప్రమాణాలు. చదువురాని వారికి ఈ విషయాలు తెలియకపోవచ్చు. జనసామాన్యానికంతకూ తెలిసే నిత్య అనుభవైక ప్రమాణం మరొకటుంది.

మనం నిత్యం రాత్రి నిదురించేటప్పుడు కొంత సమయం ఏవేవో ఆలోచిస్తూ, భవిష్యత్తును గురించి కలలుకంటూ గడుపుతాము. క్రమంగా స్వప్నాలు, గాఢనిద్రా (సుషుప్తి) కలుగుతుంది. స్వప్నాలలో కొన్ని అసంగత విషయాలు కూడా వస్తూ ఉంటాయి. కొందరికి మధుర స్వప్నాలు, కొందరికి విషాద స్వప్నాలు వస్తూ ఉంటాయి. మధుర స్వప్నాలు వస్తే కొంత సుఖం లభిస్తుంది. విషాద స్వప్నాలు, పీడకలలు వస్తే దుఃఖం కలుగుతుంది. ఆ దుఃఖం మరునాడు కూడా మనను బాధిస్తుంది. వేదిస్తుంది.

అట్లే స్వప్నలోకం నుండి క్రమంగా గాఢనిద్రలోకికి జారుకుంటాము. అప్పుడు మనకెటువంటి స్వప్నములు రావు. సుఖదుఃఖాల అనుభవం కూడ ఉండదు.

అయినప్పటికి గాఢనిద్రవల్ల మనకు ఏదో చెప్పలేని ఆనందం కలుగుతుంది. శరీరం, మనస్సు తేలిక పడతాయి. నూతన శక్తి, ఉత్సాహాలు కలుగుతాయి. చురుకుతనం వస్తుంది. "నేను రాత్రంతా ఒళ్ళు తెలియకుండా నిద్రపోయాను, దానివల్ల నాకు చాలా ఆనందంగా ఉందంటాము." ఈ ఆనందం మనకు ఎక్కడ నుండి వస్తున్నది ? అది మధుర స్వప్నాలవల్ల కలిగే సుఖం కంటే కూడా భిన్నంగా, ఉన్నతంగా ఉంటుంది. అది ఆనందాన్నే కాక ఆరోగ్యాన్ని కూడా యిస్తుంది. కొన్ని చిన్న చిన్న బాధలు పూర్తిగా నయమౌతాయి. పెద్ద బాధలు చాలా ఉపశమిస్తాయి. రోగులకు తగిన ఔషధాలు, పథ్యకరమైన ఆహారంతో బాటు గాఢనిద్రవస్తే రోగాలు తొందరగా నయమౌతాయని వైద్యులు గుర్తిస్తున్నారు. ఆయుర్వేద ఋషులేమంటారంటే- "**త్రయ ఉపస్తంభన మాహ ఇతి+ఆహారః స్వప్నో బ్రహ్మచర్యమితి**" (అగ్నివేశ మహర్షి చరకశాస్త్రం). = ఆరోగ్య రక్షణకు మూల స్తంభాలు మూడు. శుద్ధమైన, సమతుల్యమైన, తన శరీర తత్త్వానికి అనుకూలమైన సాత్త్వికాహారం మితంగా, హితంగా, న్యాయార్జితమైనది సేవించటం **మొదటి మూల స్తంభం.**

<u>రెండవ స్తంభం - స్వప్నః (నిద్ర) :</u> ఇచ్చట స్వప్నః అంటే స్వప్నావస్థ కాదు. గాఢనిద్ర అని, సుషుప్తి అనీ గుర్తించాలి. పీడ కలలు మరింత రోగాన్ని పెంచుతాయి కదా !

అందుచే ఇచ్చట 'స్వప్నః' అంటే సరిపడినంత నిద్ర. మనిషి కనీసం 6 గంటలు నిద్రించాలి. రాత్రి 9 గంటలకే నిద్రించి తెల్లవారు ఝామున 3-4 గంటల మధ్య నిద్రలేవటం ఉత్తమం; లేదా 10 నుండి 5 గంటల వరకు నిద్రించటం మధ్యమం.

<u>మూడవ స్తంభం - బ్రహ్మచర్యం :</u> వీలయినంత ఎక్కువగా వీర్యాన్ని రక్షించుకోవటం. సంతానార్థం మాత్రమే ఖర్చుచేయటం. అలా చేయటం వల్ల మన ధాతుశక్తి (Vitality) పెరుగుతుంది. తద్వారా మరెన్నో ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి.

కనీసం మూడు కాళ్ళైనా ఉంటేకాని ఆ పీటపైన మనం క్షేమంగా కూర్చోలేము కదా ! ఈ విషయాలు వివరంగా తెలుసుకో గోరువారు నా గత కరపత్రాలు లేదా రచనలు యజ్ఞోపవీత వైశిష్ట్యం, బ్రహ్మచర్య విశిష్టతలో చూడండి.

యోగదర్శనం చిత్తవృత్తులను 5గా వర్గీకరిస్తుంది. అందులో నిద్ర ఒకటి. సూత్రం ఇలా ఉంటుంది. "**ప్రమాణ విపర్యయ వికల్ప నిద్రాస్మృతయః**" (యోగ దర్శనం 1-6-7). నిద్ర కూడా ఒక వృత్తియే. ఆ గాఢ నిద్రలో పొందే ఆనందం సమాధి స్థితిలో పొందే ఆనందంతో సమాన మంటారు, కొందరు ఋషులు. (**సమాధి సుషుప్తి మోక్షేషు ఏకరూపతా** - అంటారు). అయితే, గాఢ నిద్రలో పొందే ఆనందం తమోగుణ యుక్తం. మూఢం. అది ప్రాణులన్నిటికి ఒకేరకంగా ఉంటుందట. దానివల్ల భౌతిక ప్రయోజనం మాత్రమే కాని మానసిక, బౌద్ధిక ఆనందములు కలుగవు. ఆత్మిక ఆనందం అసలు కలుగదు.

మనవంటి సామాన్య సాధకులు పరమేశ్వరుని ఆనంద స్వరూపునిగా గుర్తించి ధ్యాన సాధన చెయ్యటం తేలికగా ఉంటుంది. ఆయన అనంత జ్ఞానాన్ని, అనంత సామర్థ్యాన్ని మనం అందుకోలేక పోయినా ఆయన ఆనందాన్ని అందుకొనే అవకాశం ఉంది. వేదంకూడా అదే చెబుతున్నది.

ఓం ఉత్+వయం తమసః పరి స్వః పశ్యంత = మేము అంతర్ముఖులమై (స్వః పశ్యంత) = ఆనంద స్వరూపుని చూతుము గాక. అనుకుంటూ ధ్యానం చెయ్యటం మంచిది. పరమేశ్వరుని

"ఓం తేజో-సి తేజో మయి ధేహి
వీర్యమసి వీర్యం మయి ధేహి
బలమసి బలం మయి ధేహి
ఓజోఽసి ఓజో మయి ధేహి
మన్యు రసి మన్యుం మయి ధేహి
సహోఽసి సహో మయిధేహి" - యజుర్వేదం (19-9)

అని ప్రార్థించినట్లే <u>ఓం ఆనందోఽసి ఆనందం మయి ధేహి</u> అనుకుంటూ ధ్యానం చెయ్యటం అనుకూలంగా ఉంటుంది. ఆ ఆనంద స్వరూపుడు సృష్టిలో అంతటా నిండి ఉన్నాడు. జీవాత్మలమైన మనలోనూ వ్యాపించి మనకు అత్యంత సమీపంలో ఉన్నాడు. కనుక మనం అంతర్ముఖులమై మనలో వ్యాపించి ఉన్న ఆనందాన్ని

వెతకటం మంచిది. కఠోపనిషత్తులో యమాచార్యులవారు ఏమన్నారంటే -

ఏకో వశీ సర్వ భూతాంతరాత్మా
ఏకం రూపం బహుధా యః కరోతి ।
త మాత్మస్థం యేఽను పశ్యంతి ధీరాః
తేషాం సుఖం శాశ్వతం నేతరేషామ్ । కఠోపనిషత్తు (5-12)

ఓ మానవులారా ! ఏకేశ్వరుడైన పరమాత్మయే సర్వభూతాంతర్యామిగా ఉన్నాడు. ఆ ఒక్కడే ప్రలయకాలమున ఏకరూపంలో ఉన్న ప్రకృతిని బహురూపములుగా - పృథివ్యాపస్తేజోవాయురాకాశాలుగాను, 84 లక్షల ప్రాణి జాతులుగాను సృష్టించినాడు. అట్టి విశ్వాత్మను ఏ ధ్యానశీలురు అంతర్ముఖులై దర్శిస్తారో అట్టి వారికి మాత్రమే శాశ్వత సుఖం లభిస్తుంది. ఇతరులకు ఆ శాశ్వత సుఖం లభించదు.

ఇక్కడ 'అనుపశ్యంతి' అని చెప్పబడింది కనుక మొదటగా మనకు ఆత్మసాక్షాత్కారమౌతుంది. మన అసలు స్వరూపాన్ని చూడగలుగుతాము. అనంతరం అంతర్యామియైన పరమాత్మ సాక్షాత్కారం అవుతుంది. అట్టివారికి శాశ్వత సుఖంతో బాటు **తేషాం శాంతిః శాశ్వత నేతరేషామ్ - (5-13)** - శాశ్వత శాంతి కూడా లభిస్తుంది అన్నారు. కనుక మనం అట్లే చేయుదుము గాక! శాశ్వత సుఖశాంతులను పొందుదుము గాక !

ఉపస్థాన మంత్రాలలోని మొదటి మంత్రం మరొక విషయం కూడా చెబుతున్నది.

"ఉత్తరమ్ దేవం దేవత్రా సూర్యమ్ + అగన్మ జ్యోతిరుత్తమమ్ - యజుర్వేదం (35-14)

ఆనందస్వరూప అంతర్యామిని దర్శించిన తదుపరి ఆగిపోక మరింత అంతర్ముఖులై దేవత్రా సూర్యుని దర్శించి అతని నుండి కొన్ని దివ్యగుణాలను పొంది మీరును దేవతలు కండి" అంటున్నది. అంటే కొన్ని దివ్యగుణాలను పొంది విశిష్ట మానవులుగా ప్రకాశించండి.

దేవత్రా సూర్యుడంటే - లోకంలో దివ్యగుణాలు గల సూర్యచంద్ర నక్షత్రాది ప్రకాశించే పదార్థాలకు ప్రకాశాన్నిచ్చే పరమాత్మ యని అర్థం. అట్లే పృథివీ జల

వాయు రాకాశాది పదార్థాలకును ఆ యా దివ్యగుణాలను యిచ్చేవాడు కూడా అతడే.

మన మహర్షులేమన్నారంటే -

"న తత్ర సూర్యోభాతి న చంద్ర తారకం, నేమా విద్యుతో భాంతి,
కుతో-య మగ్నిః, తమేవ భాంత మనుభాతి సర్వం, తస్య భాసా సర్వ మిదం విభాతి" - ముండకోపనిషత్తు (2-2-10) శ్వేతాశ్వతరోపనిషత్తు (6-14)

జగత్తులో సూర్యచంద్ర నక్షత్ర విద్యుతాది ప్రకాశించే వస్తువులు మిగిలిన పదార్థాలను ప్రకాశింపచేస్తాయి. చూపిస్తాయి. వాటికి ఆ ప్రకాశాన్నిచ్చేది విశ్వాత్మ పరమాత్మయే. ఇవన్నీ సృష్ట్యాదిలో హిరణ్యగర్భుని గర్భంలో ఉన్నవే. జగత్తున కంతటికిని అతడే ఆధారము. అతడే శక్తి ప్రదాత. అట్టి హిరణ్యగర్భుని మనం కూడా ఉపాసించి, కొన్ని దివ్యగుణాలను పొంది ప్రకాశించాలి. అందుకనే ఈ మంత్రం "అగన్మ జ్యోతి రుత్తమమ్" అని సంకల్పించ మంటున్నది. అస్తు - మనం అట్లే చేయుదుము గాక!

ఇది ఉపాసనలో రెండవ మెట్టు. మరొక మెట్టుకూడా ఉంది. దానిని గురించి తర్వాత తెలుసుకుందాము.

ఉపాసనలో మూడవ మెట్టు
ఋషిత్వాన్ని పొందటం

ఓం ఉదుత్యం జాతవేదసం దేవం వహన్తి కేతవః
దృశే విశ్వాయ సూర్యమ్ ॥ - యజుర్వేదం (33-31)

<u>వాక్యార్థము : ఉత్ . ఉ త్యం జాతవేదసం</u> = ఇంకను పైకెగిరి - ఇంకను అంతర్ముఖులమై జాతవేద భగవానుని దర్శింతుము గాక ! సృష్టిస్థితిలయ కర్తను దర్శింతుము గాక !

<u>దేవం వహన్తి కేతవః</u> = జ్ఞానపతాకముల నెగురవేయుచున్న ఆ జ్ఞాన స్వరూపుని దర్శింతుము గాక !

<u>దృశే విశ్వాయ సూర్యమ్</u> = ఉపాసకుల కొరకే అతడా జ్ఞానపతాకముల నెగురవేయుచున్నట్లు గాంచి కొన్నిటిని మేమును అందుకొందుముగాక ! ఋషులమై వెలుగొందుము గాక !

<u>వివరణ : ఉపాసనలో మొదటిమెట్టు</u> : ఆనందస్వరూప పరమాత్మను గాంచి మాటల
వర్ణించలేని నిత్యానందము నొందుట.

<u>రెండవ మెట్టు</u> : ఇంకను అంతర్ముఖులమై దేవత్రా సూర్యుని దర్శించి - ఉపాసించి
కొన్ని దివ్యగుణాలను పొందటం. ప్రాణిమాత్రుల పట్ల ప్రేమ, దయ, కరుణ,
పక్షపాతంలేని కర్మశీలత, కర్తవ్యనిష్ఠత, న్యాయకారిత్వము, సత్యసంధత మొదలైన
దివ్యగుణాలతో ప్రకాశించుటం, తనలోని లోపాలను సరిచేసుకుంటూ విశేష
వ్యక్తిత్వంతో ప్రకాశించటం.

<u>మూడవ మెట్టు</u> : మరింత అంతర్ముఖులమై జ్ఞాన స్వరూపుని దర్శించి అభిరుచిగల
వేదమంత్రాల విశేషార్థాలను తెలిసికొనటం. ఖగోళ, భౌతిక, రసాయనికాది
విషయాలలో విశేష జ్ఞానాన్ని పొందటం, కొన్ని నూతనావిష్కారాలను సృజించి
భావితరాలకు మరింత సుఖశాంతులను ప్రసాదించటం, ప్రపంచ చరిత్రలో విశేష
స్థానాన్ని పొందటం, చరిత్రలో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోవటం.

<u>'ఋషిత్వం' అంటే ...</u>

వైదిక వ్యాకరణాన్ని అనుసరించి 'ఋషి' అనే పదము 'ఋ-గతౌ' అనే ధాతువుకు 'ఇన్' మరియు 'కిత్' ప్రత్యయాలు జోడించగా 'ఋషి' పదము తయారౌతుంది. 'గతి' కి మూడర్థాలుంటాయి. 1) జ్ఞానము 2) గమనము 3) ప్రాప్తి. ఆ యా ప్రకరణలనుబట్టి ఆ యా అర్థాలు చెప్పుకోవాలి. ఇక్కడ మనం 'ఋషి' అనే పదమునకు 'యథార్థ జ్ఞానవంతుడు' అని అర్థం చెప్పుకోవాలి. జ్ఞానం రెండు రకాలుగా ఉంటుంది. 1) సామాన్య జ్ఞానం, 2) విశేష జ్ఞానం. సామాన్యజ్ఞానం మనకు పుస్తకాల ద్వారాను, గురువుల ద్వారాను కలుగుతుంది. ఆ జ్ఞానాన్ని గురించి మననం చేయగా చేయగా - ఆలోచించగా ఆలోచించగా మరికొంత జ్ఞానం కలుగుతుంది. అది సరిగా ఉందా? లేదా? అని తెలుసుకోవడం కూడా అవసరమే. సత్యజ్ఞానం ఎవరిద్వారా లభిస్తుంది? అనే ప్రశ్నకు పై వేదమంత్రం - 'ఉదుత్యం జాతవేదసం దేవమ్ - జాతవేద భగవానుని ద్వారానే సత్యజ్ఞానం కలుగుతుందంటున్నది. జాతవేద భగవానుడంటే - ఉత్పన్నమైన - సృజించబడిన పదార్థాలన్నిటి జ్ఞానం సృజించిన సృష్టికర్తవల్ల మాత్రమే కలుగుతుందంటున్నది. సృష్టికర్త ఎక్కడున్నాడని ? ఆలోచిస్తే - అతడు సర్వవ్యాపకుడు, సర్వాంతర్యామి కనుక అతడు జీవాత్మలమైన మనలోకూడా వ్యాపించి ఉన్నాడు. కనుక మనం బయట గురువులను వెతకటం కన్న అంతర్యామియై అతి సమీపంలో

ఉన్న గురువుని అశ్రయించటమే ఉత్తమం.

పతంజలి మహర్షి తమ యోగదర్శనం (1-26) లో ఏమన్నారంటే " స ఏష పూర్వేషామపి గురుః కాలేనానవచ్ఛేధాత్ = పరమేశ్వరుడు ఆది అంతములు లేనివాడు కనుక పూర్వ ఋషులకూనూ అతడే గురువు" అన్నారు. కనుక మనం తెలుసుకోదలచిన పదార్థంపై ధారణ చేస్తూ అంతర్ముఖులమైతే - సమాధి నిష్ఠులమైతే జాతవేద భగవానుడు మన బుద్ధిలో ఆ పదార్థం యొక్క యథార్థ జ్ఞానాన్ని ప్రకాశపరుస్తాడు. ఇట్టి దానిని 'యౌగిక ప్రత్యక్ష' మంటారు. పూర్వ ఋషులును అట్లే చేశారు. దర్శన ఉపనిషదాది ఋషులు, ఖగోళ, గణిత, వైద్యాది శాస్త్రాల ఋషులు అట్లే చేశారు. అందుచేతనే వారు వ్రాసిన శాస్త్రాల ఆది అంతములలో **"తద్వచనాత్ ఆమ్నాయస్య ప్రామాణ్యమ్"** అని వ్రాసుకున్నారు. మా ఈ శాస్త్రాలకు ఆమ్నాయములే (వేదములే) ప్రమాణమన్నారు. వేదానికి అనుకూలంగా ఉన్న విషయాలనే స్వీకరించండన్నారు.

ఋషులంటే ఎవరు ? మంత్రకర్తలా ? మంత్ర ద్రష్టలా ? : వేదాలను మనం పరిశీలించి చూస్తే ప్రతీ మంత్రానికి 4 విషయాలు ఉదహరించబడతాయి. అవి 1) ఋషి 2) దేవత 3) ఛందస్సు 4) స్వరము

వీటిలో మొదటి విషయమైన ఋషి గురించి కొద్దిగా ఆలోచిద్దాము.

'ఋషి' పదమునకు మంత్రకర్తలు, మంత్రద్రష్టలు అని రెండు అర్థాలు చెప్పవచ్చును కాని మన ప్రాచీన ఋషి మునులంతా ఋషి అంటే మంత్రార్థద్రష్టలు మాత్రమేనని నొక్కి వక్కాణించారు. మహర్షి దయానందుడు వారి మార్గాన్నే అనుసరించారు. మంత్రకర్తలనటం వారి అజ్ఞానాన్ని సూచిస్తుందన్నారు. అందుకు వారు ఎన్నో ప్రమాణాలు చూపించారు. వైదిక సాహిత్యంలో ఎక్కడైనా మంత్రకృత్ పదము వస్తే అక్కడ మనం - మంత్రాలను ప్రయోగించేవాడనీ, మంత్రాలను యజ్ఞాది కార్యాలలో వినియోగించేవాడని మంత్రోచ్చారణ చేసేవాడని అర్థం చేసుకోవాలన్నారు.

యాస్క మహర్షి తన నిరుక్త శాస్త్రంలో **"ఋషిర్దర్శనాత్, స్తోమాన్ దదర్శ త్యోపమన్యవః (నిఘంటువు 2-11)** - దీనిపై దుర్గాచార్యులు వివరణ ఇస్తూ **ఋషిర్దర్శనాత్ ! పశ్యతి హ్యసౌ సూక్ష్మాన్పర్థాన్** (ని.దుర్గా. 2-11) అని స్పష్టంగా ఘోషించారు. లోక ప్రసిద్ధిని పొందిన సాయణాచార్యుల వారు కూడా 'కరోతి' క్రియ కృఞ్ ధాతువు యొక్క రూపం, దానికి రెండర్థాలుండవు. కేవలం చూచినవాడు,

సూక్ష్మార్థాన్ని దర్శించిన వాడని మాత్రమే నన్నారు. ఐతరేయ బ్రాహ్మణం (6-1) కూడా అట్లే చెబుతున్నది. ఋషి విషయంలో స్వయంగా వేదం ఏమంటున్నదంటే -

"తమేవ ఋషిం తము బ్రహ్మాణమాహుర్యజ్ఞన్యం సామగాముక్థ శాసమ్ ।
స శుక్రస్య తన్వో వేదతిస్రో యః ప్రతమో దక్షిణయా రరాధ" - ఋ. (10-107-6)

"యజ్ఞకర్తనే - నిర్వహించేవారినే విద్వాంసులు ఋషియనీ, బ్రహ్మయనీ, అధ్వర్యుడని, సామగాయనుడని అంటారు. అతడే భూర్భువ స్వర్లోకాలను ప్రదీప్తం చేసే అగ్ని విద్యుత్ ఆదిత్యులను చక్కగా దేవయజ్ఞంతో సత్కరిస్తాడు" అంటున్నది. కనుక ఋషి అంటే - మంత్రకర్తలని కాదు. మంత్రద్రష్టలే.

మరి మంత్ర కర్తలు ఎవరు ?

వేదమంత్ర కర్తలు మానవమాత్రు లెవ్వరూ కాదు. అవి అపౌరుషేయాలు. సృష్టికర్తయైన పరమేశ్వరుడే ఉత్తమ ప్రాణిగా సృజించిన మానవులకు బుద్ధియనే అంతరింద్రియానిచ్చి దానికి విషయంగా వేదజ్ఞానాన్నిచ్చాడు. కన్నులకు విషయంగా వివిధ రంగులను, వివిధ ఆకారాలను సృజించాడు. చెవులకు విషయంగా అర్థవంతమైన శబ్దాలను, మాటలను సృజించాడు. రసనేంద్రియానికి (నాలుకకు) విషయంగా షడ్రుచులను సృష్టించాడు. నాసికకు గంధాన్ని (వాసనలను), చర్మానికి మృదుకాఠిన్యాది స్పర్శ సుఖాలను సృష్టించాడు. అట్లే అంతరింద్రియమైన బుద్ధికి విషయంగా వేదజ్ఞానాన్నిచ్చాడు. అంటే మత్స్యావతారాన్నెత్తి 4 వేద సంహితలను (పుస్తకాలను) యివ్వలేదు. ఆ ఆది మానవులలో పవిత్ర హృదయులు, ధారణా శక్తి గలవారు అయిన నలుగురు మానవులను - ఋషులను ఎన్నుకొని వారి బుద్ధులలో ఈ నాలుగు వేదాలను ప్రకాశపరిచాడు. వాటిని తోటి మానవులకు అందజేయమన్నాడు. ఆ జ్ఞానాన్ని వివరించి చెప్పమన్నాడు. ఆ ఆది ఋషులు యోగ్యులైన కొందరిని శిష్యులుగా చేసుకొని ఆ వేద మంత్రాలను వారిచే కంఠస్థం చేయించారు. వాటిని మనన చింతనలు చేసి ఆ జ్ఞానాన్ని ఆకలింపు చేసుకోమన్నాడు. సమాధి నిష్ఠులై ఆ మంత్రాలలోని గూఢార్థాలను తెలుసుకొని ఆ జ్ఞానాన్ని తోటి మానవులకు విశదీకరించి చెప్పారు. అట్టి వారినే ఋషులంటారు. అట్టివారిని సంస్మరించుటకే తరువాతి తరాలవారు మంత్రాలతోబాటు ఆ యా ఋషుల పేర్లను ఆ యా మంత్రాలకు

ఘోషించారు. నేడు మంత్ర ఋషులుగా మనకు వేద సంహితలలో కనబడుతున్నారు.

పైన పేర్కొన్న విషయాలు లక్షల కోట్ల సంవత్సరాల క్రిందట వేదకాలంనాడు జరిగినవి. ఆ తరువాత ఆ మంత్రాల అర్థాలను మరికొంతమంది సమాధినిష్ఠులై దర్శించి ఉండవచ్చును. అయినప్పటికి ఆ ఆది ఋషులపైన ఉండే గౌరవంతో వాటిని అట్లే ఉంచారు. గెలీలియో తదుపరి ఖగోళ విజ్ఞానం ఎంతో వికసించినా ఆయనను ఖగోళ విజ్ఞాన పితామహునిగా పేర్కొంటూ గౌరవిస్తున్నాము కదా ? అట్లే, ప్రాచీన ఆద్యఋషులను మనవారు గౌరవిస్తూ వచ్చారు. వేదకాలం నుండి రామాయణ మహాభారత కాలాలవరకు మనదేశం విద్యావిజ్ఞాన రంగాలలో ప్రపంచ గురువై భాసించింది. దురదృష్టవశాత్తు మనదేశం విదేశాలకు బానిసదేశం అయ్యింది. ఆ కాలంలో విమతస్థుల ఈర్ష్యా అసూయాగ్నులకు ఆ జ్ఞానమంతా కాలి బూడిదయ్యింది. అయినప్పటికి వేదాలను మనవారు కొందరు కంఠస్థం చేసి ఉంచారు కనుక తాటియాకుల గ్రంథాలు బూడిదైనా, ఈశ్వరీయ జ్ఞానమైన 4 వేదాలు సురక్షితంగా ఉన్నాయి.

<u>"దేవం వహన్తి కేతవః దృశే విశ్వాయ సూర్యమ్"</u>

అంతర్యామియైన ఆ దేవదేవుడు జ్ఞాన పతాకాలను ఎగురవేస్తూ "రండి! అందుకోండి" అంటున్నాడు. అవి తాను చేసిన సృష్టిలోని పదార్థాల గుణగణాలను, సృష్టినియమాలను తెలిపే జ్ఞానసూత్రాలు. అలా అందుకున్న వారినే ఋషులంటారు. మనమే అందుకునే ప్రయత్నం చెయ్యటం లేదు. అనిత్య ప్రాపంచిక జంజాటంలోపడి నలిగిపోతున్నాం. శాశ్వత సుఖశాంతులను పొంద యత్నించటం లేదు.

ఈ జన్మలోనే మనం మూడవమెట్టు ఎక్కలేకపోయినా మొదటి మెట్టైన ఆనంద స్వరూపుని గాంచి ఆనందం పొందే అవకాశం అందరికీ వుంది. బ్రాహ్మీ ముహూర్తంలోనే మేల్కొని **"ఓం ఆనందోఽసి ఆనందం మయి ధేహి"** అనుకుంటూ అంతర్ముఖులము కావటానికి యత్నిద్దాం. రండి.

ఓం త్వం హినః పితా వసో త్వం మాతా ... అథా తే సుమ్నమీమహే ॥

ఉపస్థాన మంత్రాలు - 4
"జీవేమ శరదః శతం"
మేము నూరేండ్లు బలారోగ్యాలతో జీవింతుము గాక !

ఓం తత్ చక్షుర్దేవహితం పురస్తాత్ . శుక్రముచ్చరత్ ।
పశ్యేమ శరదః శతం, జీవేమ శరదః శతం
శృణుయామ శరదః శతం, ప్రబ్రవామ శరదః శతం
అదీనాః స్యామ శరదః శతం, భూయశ్చ శరదః శతాత్ - యజుర్వేదం (36-24)

వాక్యార్థము :

1) తత్ చక్షుః + దేవహితమ్ = తత్ పదవాచ్యుడగు పరమేశ్వరుడు సర్వద్రష్ట. ఉపాసకులైన దేవతలకు హితము చేయువాడు. (దేవానాం హితం యస్మాత్ తత్ దేవహితమ్ అని నిర్వచనం.)

2) పురస్తాత్ శుక్రమ్ ఉచ్చరత్ = ఈ సృష్టికి పూర్వము మరియు ప్రస్తుత సృష్టికార్యంలో తన శుక్ర తేజస్సుతోను, కాలాంతరంలో ప్రలయము జరిగినపుడును ఏకరసుడై యున్నాడు.

3) పశ్యేమ శరదః శతమ్ = అట్టి పరమేశ్వరుని అనుగ్రహం వల్ల సర్వోత్తమమైన మానవ జన్మను పొందిన మేము నూరేండ్ల వరకు చక్కగా చూడగలుగుదుము గాక!

4) జీవేమ శరదః శతమ్ = నూరేండ్లు బలారోగ్యాలతో జీవింతుము గాక !

5) శృణుయామ శరదః శతమ్ = నూరు సంవత్సరాలు చక్కగా విందుము గాక!

6) ప్రబ్రవామ శరదః శతమ్ = నూరేండ్లు చక్కగా ప్రవచింతుము గాక !

7) అదీనాః స్యామ శరదః శతమ్ = పరాధీనులముకాక స్వాధీనతాయుత జీవితమును గడుపుదుము గాక !

8) భూయశ్చ శరదః శతమ్ = నూరు సంవత్సరాలేగాక అంతకన్న మరెంతో కాలం ఇంద్రియ పటుత్వంతో జీవింతుము గాక !

పై ఉపస్థాన మంత్రాల కన్నిటికి సూర్యః (సూర్యుడు) దేవత. అంటే పై మంత్రాలలో సూర్యుని గురించి చెప్పబడింది. అయితే ఆ సూర్యుడు మనకు ఆకాశంలో కనబడే భౌతిక సూర్యుడు కాదు. ఈ మంత్రాలలో చెప్పబడిన సూర్యుడు సర్వవ్యాపక సర్వేశ్వరుడు. అతడు మన దేహేంద్రియ మనోబుద్ధులనే గాక జీవులమైన మనలోనూ వ్యాపించి మనకు అత్యంత సమీపంలో ఉన్నాడు. అట్టి ఆత్మసూర్యుని సాక్షిగానే

మనం పై మంత్రాలను పఠిస్తూ ఉపస్థానం - ఉపాసన చెయ్యాలి.

వేదమంత్రాలన్నీ యౌగికార్థాలు గలవేకాని రూఢి అర్థాలు గలవి కావు. 'సృ-గతౌ' అనే వ్యాకరణ ధాతువునకు 'క్యప్' ప్రత్యయాన్ని చేర్చి సూర్యపదం నిర్మింపబడింది. పూర్వమంత్రంలో "సూర్య ఆత్మా జగతస్తస్థుషశ్చ" అని చెప్పబడుటవలన స్థావర జంగమాత్మకమైన ఈ ప్రపంచానికంతటికీ ఆత్మ = ఆధారంగా ఉండటంవల్లను, స్వప్రకాశ స్వరూపుడై సర్వాన్ని ప్రకాశింపచేయటం వల్లనూ ఏకేశ్వరునకే సూర్యుడనే పేరుకూడా ఉంది.

ఈ నాల్గవ ఉపస్థాన మంత్ర ప్రారంభంలో వచ్చిన 'తత్' అను పదము పై పేరాలో వివరించిన సూర్యనామక సర్వవ్యాపకునికి వర్తిస్తుంది. తత్ - ఆ సూర్యుడు చక్షుః - సర్వద్రష్ట. (చక్షుః అంటే సామాన్యంగా కన్ను అని అర్థం. మన కన్నులు పరిమిత దూరాన్ని మాత్రమే చూడగలవు. దేవుని నేత్రాలు సర్వాన్ని చూడగలవని భావం.) అవి ఉపాసకులకు యోగసాధనలో కూడా దారి చూపగలవు. అతడే సృష్టి స్థితి ప్రళయాలను చేస్తున్న ఏకైక కర్త. అతడు త్రికాలదర్శి. త్రికాలజ్ఞాని. త్రికాలాలలోను అతని జ్ఞానం ఏకరసంగా ఉంటుంది. మన జ్ఞానంలో వృద్ధిక్షయాలుంటాయి. దేవుని జ్ఞానంలో వృద్ధిక్షయాలుండవు.

<u>పశ్యేమ శరదః శతం</u> = నీ కృపవలన మేము నూరు సంవత్సరాలవరకు చక్కగా చూతుముగాక ! **'ఇంద్రియాణాం నయనం ప్రదానం'** అంటారు పెద్దలు. దేవుడు మన కిచ్చిన 10 ఇంద్రియాలలోను నయనమే - నేత్రమే ప్రధానమైనది. అది లేకుంటే సృష్టిలో 3/4 వంతు చూడలేనట్లే. అట్టి నేత్రాలను మనం చాలా జాగ్రత్తగా కాపాడుకోవాలి. వాటికి తగిన విశ్రాంతినిస్తూ, శీతోష్ణాలనుండి రక్షించుకోవాలి. అప్పుడప్పుడు కంటి పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. శరీరానికి వ్యాయామాలున్నట్టే నేత్రాలకును వ్యాయామాలుంటాయి. మీకు సమీపంలో ఉన్న యోగ ప్రశిక్షకులనడిగి తెలుసుకోండి. ప్రవహించే నదులు, కాలువలలో మునిగి ప్రవాహానికి ఎదురుగా కళ్ళుతెరచి కంటిని రెపరెప లాడిస్తే చాలా మంచిదంటారు. కాని ఆ జలం కలుషితమైనది కాకూడదు. దానికన్న కళ్ళు తెరచి చన్నీటిని కళ్ళపై కొట్టుకోవడం అందరికి అనుకూలంగా ఉంటుంది. లేదా Eye Wash Cups అని చిన్న చిన్న కప్పులుంటాయి. వాటిని వాడుకోవచ్చు. ఏమైనా ఆ నీరు శుద్ధమైనదిగా ఉండాలి. చన్నీరంటే మరీ చల్లని ఐస్ వాటర్ కాదు. కుండలోని నీరయితే చాలు.

నేటి నవనాగరిక ప్రపంచంలో పిల్లలు, యువతీ యువకులు కంప్యూటర్లకు

అతుక్కుపోతున్నారు. కొన్ని ఉద్యోగాలలో గంటల తరబడి కంప్యూటర్ల ముందు కూర్చోవలసి వస్తున్నది. దీనివల్ల Eye Strain వచ్చి చూపు మందగిస్తున్నదని కొన్ని కంటి జబ్బులు కూడా వస్తున్నాయని ఈ మధ్యచేసిన పరిశోధనలలో తేలింది. కనుక జాగ్రత్త ! పిల్లలైతే టి.వి.లను, కంప్యూటర్లను చాలా దగ్గరగా చూస్తున్నారు. వాటిని నివారించండి. వాతావరణ కాలుష్యం వల్ల కొన్నికొన్ని ప్రదేశాలలో కళ్ళు మండుతున్నాయనీ, ఎఱ్ఱబడి నీళ్ళు కారుతున్నాయనీ అంటున్నారు. అట్టి చోట్లకు పోకుండా ఉంటేనే మంచిది. తప్పనిసరి అయితే వీలైనంత తొందరగా బయట పడటం మంచిది. బుద్ధితోను, కళ్ళతోను పనిచేసేవారు గంటకొకసారి చన్నీటితో ముఖం కడుగుకోవటం మంచిది. కంప్యూటర్లను ఎంత తక్కువగా వాడితే అంత మంచిది. లేకుంటే బుద్ధి నశిస్తుందట. కొన్ని నెలల క్రితం ఈనాడు పత్రికలో "మెదడుంది కాని ... మతి పోతోంద"నే శీర్షికతో ఒక అధ్యయన వ్యాసం పడింది. వీలయితే అది ఒకసారి చదవండి. అలాగే ఈ మధ్య 3-11-2017 ఆంధ్రజ్యోతి దినపత్రిక 12వ పేజీలో "కంటికి ఫోన్ రోగం' అనే వ్యాసం పడింది. వీటిని చదవండి.

వేదాలలో కొన్ని ప్రార్థనా మంత్రాలతో కొన్ని సంకల్ప మంత్రాలుంటాయి. అంటే దీక్ష వహించటం, అందుకై విశేష ప్రయత్నం చెయ్యటం. ఈ చక్షుర్దేవహితం మంత్రం సంకల్ప మంత్రం. ఇక్కడ పశ్యేమ శరదః శతం అంటే – మేము నూరేండ్లు చక్కగా చూతుముగాక ! అని సంకల్పించుకోవటం. దీక్ష వహించటం. అందుకొరకై పూర్ణ ప్రయత్నం చెయ్యటం అని మరిచి పోవద్దు. 'ఓ పరమేశ్వరా ! కళ్ళను కాపాడుకోగల బుద్ధిని విజ్ఞానాన్ని ఇచ్చి మమ్ము రక్షిస్తూ ఉండు' అనే ప్రార్థన కూడా అంతరార్థంగా ఉంటుంది.

<u>జీవేమ శరదః శతం :</u> వేదాలలో దీర్ఘాయువును కోరుతూ చేసే ప్రార్థనా మంత్రాలు వందలకొలది ఉన్నాయి. దీర్ఘాయువును కోరే మనం అందుకు తగిన ప్రయత్నాలు చేయకపోతే అవి ఫలించవు. పురుషార్థంలేని ప్రార్థనలు జూదరుల, సోమరుల ప్రార్థనల వంటివి. వాటిని దేవుడు మన్నించడు. ఇట్టివాటి వల్ల Time Waste - సమయం నష్టం. అందుకు అట్టహాసంగా ప్రవచనాలను, సత్సంగాలను, భజనలను, ప్రార్థనా మందిరాలను ఏర్పాటు చేసుకొంటే డబ్బు నష్టం చేసుకోవటం తప్ప పెద్దగా ప్రయోజనం వుండదు. మనసులో ప్రార్థన చేసుకోండి. అందుకొరకు పట్టుదలతో ప్రయత్నం చెయ్యండి.

<u>శృణుయామ శరదః శతం, ప్రబ్రవామ శరదః శతం</u> = పరమేశ్వరుడు ప్రసాదించిన నికసించిన మన ఇంద్రియాలలో కళ్ళుప్రధానమైనవైతే రెండవ స్థానం చెవులు. మన కన్నులు 7 రంగులను చూడగలిగినట్లే మన చెవులు శబ్దాలలోని, మాటలలోని, పాటలలోని హెచ్చుతగ్గు స్థాయిలను తెలుసుకోగలవు. సంగీత మాధుర్యాన్ని ఆస్వాధించగలవు. సమయాన్ని నష్టపరచుకోకుండా మన అభ్యుదయ నిఃశ్రేయసాలకు ఉపకరించే మాటలనే వినాలి. ప్రొద్దుపోక సోది చెప్పుకోవటం, పిచ్చాపాటి అనుకుంటూ గంటల తరబడి గడపటం మంచిది కాదు.

విద్యార్థులు, యువతీ యువకులు చాలావరకు తమ భౌతిక ఉన్నతి కొరకు పరిశ్రమిస్తున్నారు కాని వృద్ధులే పిచ్చాపాటితో గడుపుతున్నారు. అంతకన్న వారు ఆధ్యాత్మిక చర్చలు చేసుకొంటూ తమ జ్ఞానాన్ని వృద్ధి చేసుకోవాలి. అట్లని పుక్కిటి పురాణాలు వింటూ, విన్న రామకథనే, విన్న భాగవత కథనే మరలమరల వింటూ కాలాన్ని వ్యర్థం చేసుకోకూడదు. అందుకనే **"శ్రోతవ్యః శృతి వాక్యేభ్యః"** అన్నారు. వేదవాక్యాలతో శ్రవణం చెయ్యాలి. విన్నవాటిని బాగా మననం చెయ్యాలి. కొంత సమయం ఏకాంత ప్రశాంత వాతావరణంలో కూర్చుని <u>నిధిధ్యాసనం</u> (ధ్యానం) చెయ్యాలి. వేదజ్ఞానాన్ని, దర్శన ఏకాదశోపనిషత్తుల జ్ఞానాన్ని ఆకలింపు చేసుకునే ప్రయత్నం చెయ్యాలి. ఈ పని కేవలం వృద్ధులే కాదు, గృహస్థులు కూడా ఆదివారాలలో, సెలవులలో ఇట్టివాటికి కొంత సమయం కేటాయించుకోవాలి. వివేకానందులవారు చెప్పినట్లు ఆధ్యాత్మిక విద్య యువతీ యువకులకే ఎక్కువ అవసరం. సుఖదుఃఖాలను సహనంతో భరించటానికి, కష్టాలలో ఆపదలలో ధైర్యంగా ఉండబటానికి, ఆత్మపరమాత్మల జ్ఞానం అత్యవసరం. పూర్వం మన మాతలు ఆత్మజ్ఞానాన్ని ఉగ్గుపాలతోనే నూరిపోసేవారు. ధైర్యసాహసాలను, ఆత్మనిష్ఠను, ధర్మనిష్ఠను నేర్పుతూనే పెంచి పెద్దచేసేవారు. అట్లే మనమూ చెయ్యటం మంచిది.

60, 70 సంవత్సరాల తరవాత కొందరికి చెవుడు వస్తున్నది. కనుక కళ్ళ గురించి జాగ్రత్తలు తీసుకున్నట్లే చెవుల విషయంలోను జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

<u>ప్రబ్రవామ శరదః శతం</u> = మనం విన్న మంచి విషయాలను ఇతరులకు ప్రబోధించటం కూడా అవసరమే.

<u>అదీనాః స్యామ శరదః శతం</u> = మేము పరాధీనులము కాకుండా నూరేండ్లు చక్కగా జీవింతుము గాక !

<u>భూయశ్చ శరదః శతాత్</u> = నూరేండ్లకన్నను మరెంతో ఎక్కువ కాలం బలారోగ్యాలతో స్వాధీనతాయుతంగా జీవింతుము గాక !

ఉపస్థాన మంత్రాలు - 5
"గాయత్రీ మహామంత్రం"

(గురుమంత్రం, సావిత్రీ మంత్రం, పరమ మంత్రం, శ్రేష్ఠమంత్రం)

ఋషి : విశ్వామిత్రుడు దేవత : సవిత
ఛందస్సు : గాయత్రీ స్వరము : షడ్జము

ఓ౩మ్ భూర్భువః స్వః।
తత్స వితుర్వరేణ్యమ్ ।
భర్గో దేవస్య ధీమహి ।
ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ ॥

(ఋగ్వేదము : 3-62-10; యజు. 3-35, 22-9, 30-2, 36-3; సామ-2462; (అనేక సంహితా బ్రాహ్మణ ఆరణ్యకాలు)

వాక్యార్థము :

ఓ౩మ్ భూర్+భువః స్వః = హే సర్వ సంరక్షకా । నీవు సచ్చిదానంద స్వరూపుడవు.
తత్ + సవితుః + వరేణ్యమ్ = తత్పద వాచ్యుడవైన నీవు సృష్టి స్థితి లయాలకు ఏకైక కర్తవు. సత్కర్మల ప్రేరకుడవు. సర్వోత్తమ వరణీయుడవు.
భర్గః + దేవస్య ధీమహి = అట్టి దేవదేవుడవైన నీ యొక్క భర్గో తేజమును - సకల క్లేశనాశక విశుద్ధ విజ్ఞాన స్వరూపమును మేము మా హృదయములందు ధ్యానింతుము గాక !
ధియః+యః+నః ప్రచోదయాత్ = అట్టి నీవు మా బుద్ధులను సత్కర్మలయందు, విద్యా విజ్ఞానాదుల యందు ప్రేరేపింతువుగాక! దానితో మేము సర్వతోముఖ వికాసము నందుతూ అభ్యుదయ నిశ్శ్రేయసముల నొందుదుము గాక!

వివరణ : పై సంక్షిప్త వాక్యార్థంలోని ప్రతి పదమునందు చాలా విశాలమైన అర్థాలున్నాయి. వాటిలోని ముఖ్యమైన కొన్నింటిని ఇక్కడ తెలుసుకుందాము.

ఓ౩మ్ : ఈ పదము మంత్రంలోని భాగం కాదు. ప్రతి వేదమంత్రం ముందు సర్వవ్యాపక సర్వేశుడైన పరమాత్మ యొక్క ముఖ్యనామమైన 'ఓం' ను ఉచ్చరించి పఠించడం మన ఆర్య సంప్రదాయం. ఓం పదములోని మూలార్థం (Root Meaning)

(అవ-రక్షణే) సంరక్షకుడు (Guardian) అని. ఈ పదము మనకు దేవునకు మధ్య ఉండే నిత్య సంబంధాన్ని తెలుపుతుంది. “నీవే తల్లివి తండ్రివి నీవే, గురుడవు దైవము నీవే, నా తోడు నీడ ....” అనే సంబంధాలన్నీ తరువాత వచ్చినవే. ఎందుచేతనంటే మనమంతా ఈ శరీరాలు కాము. ప్రస్తుతం ఈ శరీరంలో ఉన్న జీవాత్మలం. మనను (జీవాత్మలను) దేవుడు క్రొత్తగా పుట్టించలేదు. దేవునివలె మనం కూడా అనాదులమే. ఆది అంతములు లేని వారమే. ఇంతేగాక, అతడు సర్వ వ్యాపకుడు కనుక సర్వకాల సర్వావస్థలయందు- జననంలోను మరణంలోను, సృష్టిలోను ప్రలయంలోను అన్ని కాలాలలోను మనలో వ్యాపించి ఉంటాడు. అతడు వ్యాపకుడు, మనం వ్యాప్తులం, అతడు సంరక్షకుడు మనం రక్షితులం. అందుచేతనే దేవుడు తన వేదం ద్వారా “ఓ మానవులారా! **‘ఓ3మ్ క్రతో స్మర’** (యజుర్వేదం-40) కర్మశీలురైన మీరు నన్ను సదా ‘ఓ3మ్’ నామముతో స్మరించండి, ప్రార్థించండి, ధ్యానించండి.” అని ఆదేశించాడు. అస్తు - కనుక మనం అట్లే చేయుదము గాక !

2. **భూః** ఈ పదము “భూ సత్తాయామ్” అనే ధాతవుతో నిర్మించబడుతుంది కనుక అతడు సత్ స్వరూపుడు. ఉనికి గలవాడు (Existence - గలవాడు). సమాధినిష్ఠులై ఈ పదము యొక్క విశేషార్థాన్ని తెలుసుకొన్న ఋషులు ‘భూరితి వై ప్రాణః’ అని నిర్వచించారు. అంటే-దేవుడు మనకు ప్రాణం వంటివాడు. ప్రాణవాయువు మనకెంత మేలు చేస్తున్నదో అంతకన్న ఎక్కువగానే మేలు చేస్తున్నాడు. ‘భూరితి ప్రజాపతిః’ అని శతపథ బ్రాహ్మణ వ్యాఖ్య. అంటే ప్రజలందరికి, ప్రాణులన్నింటికి పతి-పాలకుడు, రక్షకుడు, పోషకుడు. ఇట్లే మరెందరో ఎన్నో రకాలుగా భూ పదమును వ్యాఖ్యానించారు.

3. స్వః : లేశమాత్రమైనా దుఃఖంలేని పూర్ణ ఆనందాన్ని ‘స్వః’ అంటారు. అట్టి పరిపూర్ణ ఆనందం కేవలం దేవునిలోనే ఉంది. అది జడమైన ప్రకృతిలోను లేదు. కొద్ది జ్ఞానంకల జీవునిలోనూ లేదు. జీవుడు తన ఇంద్రియాలకు అనుకూలమైనది లభిస్తే క్షణిక సుఖం కలుగుతుంది. అంతే.

‘భూర్భువః స్వః’ ఈ మూడు పదములను కలిపి ఉచ్చరించబడినప్పుడు అది కేవలం దేవునికే వర్తిస్తుంది.

తత్ : ఆ భూర్భువః స్వః పదసముచ్చయంతో సూచించబడిన ఆ పరమాత్మ .

సవితుః : సృష్టికర్త యొక్క (షుఞ్ అభిషవే, షూఙ్ - ప్రాణి గర్భ విమోచనే, షూ-ప్రేరణే అనే ధాతువులతో సవిత పదము నిర్మించ వచ్చును) ప్రేరేపించు

అంతర్యామి యొక్క

<u>వరేణ్యమ్ :</u> వరింపదగిన – కోరతగిన వారిలో ఉత్తమోత్తమమైన వాడవు.

<u>భర్గో దేవస్య ధీమహి :</u> ఆ దేవదేవుని యొక్క భర్గమును – విశుద్ధ విజ్ఞాన తేజస్సును, అవిద్యాది సకల క్లేశాలను దహించు పరమాత్మను ధ్యానింతుము గాక ! అతడు మా బుద్ధులను సత్కర్మలుచేయ ప్రేరేపించును గాక !

పై మంత్రంలో రెండు కీలక పదములున్నాయి.

1) <u>సవిత :</u> ఈ సవితా దేవుడే మనలో అంతర్యామిగా నుండి మనం మంచి పనులు చేసేటప్పుడు ఉత్సాహాన్ని ధైర్య సాహసాలను ఇస్తూ మనను ఆ మంచి పనులలో ప్రేరేపిస్తాడు. చెడుపనులు చేస్తున్నప్పుడు ఎవరైనా చూస్తున్నారేమోననే భయాన్ని, సంకోచాన్ని, బిడియాన్ని, లజ్జను (సిగ్గును) కలిగిస్తూ ఉంటాడు. ఈ ప్రేరణ కలిగించేవాడు కూడా అంతర్యామియే. ఇట్టి సూక్ష్మప్రేరణలను మనం జాగ్రత్తగా గుర్తిస్తూవుంటే ఏది ధర్మమో, ఏది అధర్మమో; ఏది పుణ్యమో ఏది పాపమో; ఏది కర్తవ్యమో; ఏది అకర్తవ్యమో ఏది చేయకూడదో మనకు తెలుస్తుంది. దానితో మనం జాగ్రత్తపడి సర్దుకోవాలి. నిర్లక్ష్యంచేస్తే మాత్రం అధోగతియే.

2) <u>భర్గః :</u> సామాన్యంగా మానవుడు ప్రయత్న పూర్వకంగా చేసే ప్రతీ పని దేహేంద్రియ మనోబుద్ధులను తన వశంలో పెట్టుకునే చేస్తాడు. వాక్కు కూడా అంతే. జీవునకు ఇవన్నీ సాధనాలుగా (పనిముట్లుగా) ఉంటాయి. కర్త జీవుడే. అయితే, మనం దొంగతనం, వ్యభిచారం వంటి అధర్మ కార్యాలు చేస్తున్నపుడు భయ సంకోచాదులు ఎక్కడినుండి కలుగుతున్నాయి ? అని ప్రశ్నించుకొని ఆలోచిస్తే - చేతనులమయిన మనకన్న భిన్నంగా మరొక మహత్తర చేతనం (super conscious) మనకే భయ సంకోచాలను కలిగిస్తున్నదని అర్థమౌతుంది. దానినే మనం అంతరాత్మయనీ, అంతర్యామియనీ అంటున్నాము. ఆంగ్లంలో దీనిని 'sixth sense' అన వచ్చును. దానినే ఈ గాయత్రీ మంత్రం 'సవిత' పదముతో పేర్కొంటున్నది. అట్టి అంతర్యామిని **"ధియో యో నః ప్రచోదయాత్"** మా బుద్ధులను సత్కర్మలు చేయ ప్రేరేపింపుమని ప్రార్థించమంటున్నది. ఒక్కసారే కాదు పలుమార్లు ప్రార్థిస్తూ జపం చేయమన్నారు మన ఋషులు. నూరు, వెయ్యి, లక్ష, అక్షర లక్షలు జపిస్తే ఇంకా మంచిదన్నారు. దీనివల్ల మన బుద్ధి కూడా వికసిస్తుందన్నారు. ఆ విధంగా జపించి మన పూర్వులు ఋషులయ్యారు. వేదమంత్రార్థ ద్రష్టలయ్యారు. ఎన్నెన్నో శాస్త్రాలను రచించారు. ఎన్నో నూతనావిష్కారాలు చేసారు. ఈ విషయం వివరంగా తెలుసుకోగోరేవారు నా రచన గాయత్రీ విజ్ఞానం చూడగోరుచున్నాను.

ఈ మంత్రంలోని మరొక కీలక పదము 'భర్గః'. ఇది 'భ్రుజీ – భర్జనే' అనే సంస్కృత మూలధాతువుతో నిర్మించబడుతుంది. అందుచే – దహించడం, వేయించడం అనే అర్థాలు వస్తాయి. దీనికి ఋషులు **'భుజ్యంతి పాపాని దుఃఖమూలాని యేన తత్ భర్గః'** అని నిర్వచనం చెప్పారు. అంటే – పాప భావాలను, పాపాలను, ఆ పాపాల వలన వచ్చే దుఃఖాలను దగ్ధం చేసి మనను రక్షించేవాడని అర్థం. అట్టి శక్తి కేవలం సర్వవ్యాపకుడైన పరమాత్మకే ఉంది. అంతుచే ఈ మంత్రం పరమేశ్వరుని భర్గః స్వరూపాన్ని – విశుద్ధ విజ్ఞాన స్వరూపాన్ని ధ్యానించమంటుంది. అగ్ని తప్తమైన బంగారం శుద్ధమైనట్లుగా భర్గాగ్నిలో తప్తులైన జీవాత్మలు అవిద్యాది మాలిన్యాలను పోగొట్టుకుని తమ స్వప్రకాశంతో వెలుగొందుతారు. ప్రారబ్ధం పూర్తి అయిన తదుపరి ముక్తిని పొందుతారు. అదే మానవ జీవిత పరమ లక్ష్యం.

అనుష్ఠానం

ఈ గాయత్రీ మంత్రాన్ని ఉదయ సాయం సంధ్యా సమయాలలో జపించటం మంచిది. ఏ కారణంచేతనైనా ఆ సమయంలో చేయలేకుంటే కొంత ఆలస్యంగానైనా చేయవచ్చును. ప్రశాంత ప్రదేశంలో కూర్చొని మనస్సును ఏకాగ్రం చేస్తూ అర్థభావనతో ఈ జపం చెయ్యాలి. విద్యార్థులు ఈ మంత్రం జపం చేస్తే తప్పక వారి బుద్ధి వికసిస్తుంది. యువతీ యువకులు చేస్తే వారికి వివేకం వికసిస్తుంది. వృద్ధులు చేస్తే వారికి ఆత్మానాత్మ వివేకం కలిగి యోగాభ్యాసం చేయగల ఆత్మబలం, మనోబలం వస్తాయి. దీనిని స్త్రీలు పురుషులు అందరు జపించవచ్చు. ద్విజులు అంటే విద్యావంతులని అర్థం. వారికి తల్లిగర్భం నుండి బయటకు రావటం మొదటి జన్మ – విద్యాగర్భం నుండి బయటకు రావటం (స్నాతుకులై రావటం) రెండవ జన్మ అవుతుంది. ద్విజ పదమునకు రెండవ జన్మ పొందినవాడని అర్థం. కనుక, విద్యావంతులైన స్త్రీ పురుషులంతా ద్విజులే, వారు జన్మతో ఏ వర్ణానికి, ఏ కులానికి చెందిన వారైనా వారికి యజ్ఞోపవీత ధారణ చేయించటానికి – ఉపనయన సంస్కారం చేయడానికి ఆర్యసమాజ ద్వారాలు ఎప్పుడూ తెరచి ఉంటాయి. విద్యార్థులకు ఈ సంస్కారం ఉచితంగానే చేస్తారు. మిగిలినవారు వారి శక్తికి తగినట్లుగా దక్షిణ యివ్వవచ్చు. లేకున్నను మా ఆర్యసమాజం చేస్తుంది. ఈ విషయాలు మరికొంత వివరంగా తెలుసుకోగోరేవారు నా రచన 'గాయత్రీ మహిమ' చూడగోరుచున్నాము.

ఉపస్థాన మంత్రాలు - 7

"చతుర్విధ పురుషార్థాలు" అంటే ...

చతుర్విధ పురుషార్థాలంటే మానవుడై పుట్టి సాధించవలసిన 4 ముఖ్య విషయాలు. మానవుల అభిరుచులు, ఆశయాలు, ఆదర్శాలు ఎన్నెన్నో ఉండవచ్చు, ఎన్నెన్నో సాధించవచ్చు. **"సాధనమున పనులు సమకూరు ధరలోన"** అన్నట్లు పట్టుపట్టి ప్రయత్నిస్తే ఎన్నిటినో సాధించవచ్చు. కొందరికి అవి ఈ జన్మలో సాధ్యం కాకపోయినా ఆ సంస్కారాలు మన సూక్ష్మశరీరంలో ఉండి మరు జన్మలో మనకు సహకరించి లక్ష్యంవైపు మనను తీసుకుపోతాయి. వాటికన్నా చాలా ముఖ్యవిషయాలు నాలుగున్నాయి. ఈశ్వరీయ జ్ఞానమైన వేదాలను తరచి తరచి చూచిన మన మహర్షులు, మనిషైపుట్టి ఏవి సాధించినా, ఏవి సాధించ లేకపోయినా ధర్మార్థకామమోక్షాల కొరకు తప్పక ప్రయత్నించాలన్నారు. వాటిని సాధించుటకు పూర్ణ పురుషార్థం చెయ్యాలన్నారు. ఉదయ సాయంకాల సంధ్యావందనంలో వాటిని తప్పక గుర్తుచేసుకొని మరల మరల సంకల్ప వ్రతం తీసుకోవాలన్నారు. అవి మనకు ఆత్మికోన్నతిని - అభ్యుదయ నిఃశ్రేయసాలను కలిగిస్తాయన్నారు. సమస్త దుఃఖనివృత్తిరూప మోక్షాన్ని కలిగిస్తాయన్నారు. కోట్ల కోట్ల సంవత్సరాలు పరమానందాన్ని కలిగిస్తాయన్నారు. కనుక మనం వాటిని సంక్షిప్తంగా ఇచ్చ తెలుసుకుందాము.

I. **<u>ధర్మము :</u>** 'ధర్మ'మనే పదము చాలా విశాలమైనది. విద్వాంసులు ఈ పదమును గురించి ఎన్నెన్నో రకాలుగా వ్యాఖ్యానించవచ్చు. సంక్షిప్తంగా – తన కర్తవ్యమేమిటో తెలుసుకొని దానిని చక్కగా ఆచరించాలి. పక్షపాతరహితంగా, న్యాయంగా ఇతరులతో వ్యవహరించాలి. వీలైనంత ఎక్కువగా పరోపకార్యాలు ఆచరిస్తూ ఉండాలి. ఈ పరోపకార్యాలను రెండు వర్గాలుగా విభజించి వ్యవహరించారు. 1) ఇష్టములు 2) పూర్తములు. ఇష్టములంటే – యజ్ఞములని అర్థం. అలాగని నిత్యాగ్నిహోత్రం ఒకటే యజ్ఞము కాదు. పంచ మహాయజ్ఞాలు, అమావాస్య, పౌర్ణమి, పర్వదినాలలో, (పండుగలలో చేసే యజ్ఞాలు), షోడశ సంస్కారాలలో చేసే మొదలైనవి, శక్తివంచన లేకుండా చేస్తూఉండాలి. పూర్తములంటే – గురుకులాలలో, ఆశ్రమాలలో, శరణాలయాలలో అవసరమైన వాటిని అమర్చటానికి శక్తికొలది సహకరించటం. ముఖ్యంగా మానవత్వాన్ని పెంచుకోవాలి. ఏ ఏ గుణాలుంటే మానవుడవుతాడో

తెలుసుకొని, లోపాలుంటే పూరించుకోవాలి. వాటిలో ముఖ్యమైనవాటిని 10గా లెక్కించారు మన మహర్షులు.

శ్లో ॥ ధృతిః క్షమా దమః+అస్తేయం శౌచ మింద్రియ నిగ్రహః ।
ధీ ర్విద్యా సత్యమక్రోధ దశకం ధర్మలక్షణమ్ ॥ (మను. 6-92)

1) <u>ధృతిః :</u> మానవ జీవనకాలంలో ఎన్నో ఒడిదుడుకులు వస్తూఉంటాయి. వాటిని ధైర్యంగా ఎదుర్కోవాలి. నిరాశా నిస్పృలకు గురికాకూడదు. **"విశ్వదానీం సుమనసః స్యామ"** – సదా సుమనస్కుడుగా, సంతుష్టిడిగా ఆశావాదిగా ఉండాలంటుంది వేదం (ఋ. 6-52-5).

2) <u>క్షమా :</u> నిందాస్తుతులలో, మానావమానాలలో, హాని లాభాలలో సమానంగా ఉండాలి. అపరాధిలో నిజమైన పశ్చాత్తాపం కలిగినపుడే క్షమించాలి. కపట ప్రవర్తనతో కాదు. లేకుంటే చాలా నష్టం కలుగుతుంది.

3) <u>దమము :</u> మనస్సును ఇంద్రియాలను అధర్మకార్యాలలో ప్రవేశింపనీయకుండా ధర్మకార్యాలలో ప్రవేశపెడుతూ ఉండాలి.

4) <u>అస్తేయం :</u> దొంగతనం చెయ్యకూడదు. యజమాని అనుమతి లేకుండా వారి వస్తువులను ఉపయోగించుకోకూడదు.

5) <u>శౌచం :</u> సదా బాహ్యాభ్యంతర శుచిని కలిగి ఉండాలి. శారీరకంగాను, మానసికంగాను పరిశుభ్రంగా ఉండాలి.

6) <u>ఇంద్రియ నిగ్రహం :</u> మనలో అనేక జన్మలలో ఏర్పడిన చెడు సంస్కారాలుంటాయి. అవి మనను ఇంద్రియ లోలత్వానికి గురిచేసి శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధాలవైపు లాక్కుపోతూ ఉంటాయి. అప్పుడు మనం వివేకంతో వాటిని అధర్మకార్యాలవైపు పోకుండా నిగ్రహిస్తూ ఉండాలి.

7) <u>ధీః :</u> వివేక బుద్ధి, సత్యాసత్యాలను, ధర్మాధర్మాలను, కర్తవ్యాకర్తవ్యాలను తెలుసుకొని అందుకు తగినట్లు ఆచరించాలి. సత్యాన్ని, ధర్మాన్ని, కర్తవ్యాన్ని ఆచరించుట. సృష్టిలోని పదార్థాలను గురించిన యథార్థాన్ని గుర్తించగల మేధస్సు కొరకు యత్నిస్తూ ఉండాలి.

8) <u>విద్య :</u> మంచి చెడులను తెలుసుకొనుట, తెలియజేయుటయే విద్య. దీని వలన యథార్థ జ్ఞానం పొంది పాపకార్యముల నుండి దూరంగా వుండాలి.

9) <u>సత్యము :</u> సత్యం బ్రూయాత్ ప్రియం బ్రూయాత్, న బ్రూయాత్ సత్యమప్రియం,

ప్రియం చ నానృతం బ్రూయాత్ + ఏష ధర్మ స్సనాతనః ॥ - మానవ ధర్మశాస్త్రం (4-138)

ఎప్పుడును సత్యమునే పలకాలి. దానిని ప్రియంగా పలకాలి. సత్యమును అప్రియంగా పలకరాదు. గ్రుడ్డివాడిని ఓ గ్రుడ్డివాడా! అని పిలవరాదు. అట్లని ఇతరులకు ప్రియం చేయుటకు అసత్యాన్ని పలకకూడదు అంటాయి మనుధర్మశాస్త్రాలు.

10) <u>**అక్రోధః :**</u> క్రోధాన్ని విడిచి పెట్టాలి. భగవద్గీత (2-63) లో శ్రీకృష్ణుడు **క్రోధాద్భవతి సమ్మోహః ....** అని చెప్పినట్లు క్రోధవశులమై, వివేకం కోల్పోయి అధర్మకార్యాలు చెయ్యకూడదు. ఎవరిని అతిగా బాధించకూడదు.

పై పది గుణాలు మానవుడై పుట్టిన ప్రతివ్యక్తికి కలిగి ఉండాలి. అవి మనలో ఎంత ఎక్కువ శాతం ఉంటే అంత ఎక్కువ మానవత్వం కలిగిన వారమౌతాము. తక్కువగా ఉన్నవారు మానవత్వాన్ని పెంచుకొనే పూర్ణప్రయత్నం చెయ్యాలి. చతుర్విధ పురుషార్థాలలో ఇదే మొదటి పురుషార్థం. దీనిపైనే మిగిలిన మూడు పురుషార్థాలు ఆధారపడి ఉంటాయి. ఈ మానవధర్మ విషయం చాలా పెద్దది. దానిని వ్రాస్తే పెద్ద గ్రంథమే అవుతుంది. మరికొంత వివరంగా తెలుసుకోగోరేవారు నా రచన 'మానవ ధర్మము' అనే పుస్తకాన్ని చదవగోరుచున్నాను.

II. <u>**అర్థము :**</u> అర్థం అంటే సామాన్యంగా ధనమని అర్థం : కేవలం కరెన్సీయే ధనం కాదు. గోధనం, భూధనం మాదిరిగానే రకరకాల సంపదలన్నీ అర్థం క్రింద వస్తాయి. మన వేదం ధనాన్ని పూర్తిగా విడిచిపెట్టమని చెప్పదు.

"శత హస్త సమాహర, సహస్ర హస్త సం కిర - అథర్వ (3-24-5)

నూరు చేతులున్నట్లు ధర్మమార్గాన వీలైనంత ఎక్కువ ధనం సంపాదించి, ఆ ధనాన్ని వేయి చేతులున్నట్లుగా ధర్మకార్యాలలో వెచ్చించి పుణ్యం మూటకట్టుకోవాలి. అంతేకాని ఆ ధన్నాన్ని బ్యాంకులలో జమచేసుకుంటూ కోట్లకు పడగలెత్తకూడదు. అట్లే ఇంద్రియవశులై వ్యసనాలకు, పాపకార్యాలకు ఖర్చుపెట్టి పాపంమూట గట్టుకోకూడదు. వీటికి భిన్నమైనవన్నీ "అర్థాలు కావు. అనర్థాలన్నారు" మన మహర్షులు. ఇట్టి ధనాలను 'పాపీలక్ష్మీ' అంటుంది వేదం. దానిని ఎంత తొందరగా వదిలించుకుంటే అంతమంచిదంటుంది, లేకుంటే వందన తీగవలె (ఆకాశవల్లివలె) మనను చంపుతుందంటుంది.

ఓం ఏతా ఏనా వ్యాకరం ఖిలే గా విష్ఠితా ఇవ ।
రమన్తాం పుణ్యా లక్ష్మీర్యాః, పాపీస్తా అనీనశమ్ ॥
- అథర్వవేదం (7-115-4)

నాకు ఇప్పుడు వేదజ్ఞానం కలిగింది. న్యాయార్జితములే శుభాలను కలిగించు సంపాదలనీ, అన్యాయార్జితాలు పాపలక్ష్ములనీ వాటివల్ల దుఃఖాలు కలుగుతాయని తెలుసుకున్నాను. అందుచేత మా యింటిలోగల వందలకొలది వస్తువులను పరిశీలిస్తున్నాను. గోపాలుడు ఆలమందలలో తన ఆవులేవో గుర్తించి వాటిని యింటికి తీసుకుపోవునట్లు నా యింట్లోగల వందలకొలది వస్తువులను - పుస్తకాలు, మంచాలు, కుర్చీలు, పెట్టెలు, వస్త్రాలు, డబ్బు, ఆభరణాలు, పొలాలు, ఆస్తులు మొదలగువాని నన్నిటినీ జాగ్రత్తగా విడివిడిగా పరిశీలించి న్యాయార్జితమైన వాటినే నా వద్ద పెట్టుకుంటాను. అన్యాయార్జితాలు ఎంతవైనవియైనా దూరంగా విసిరి వేస్తున్నాను.

III. <u>కామము :</u> అంటే కోరికలు తీర్చుకోవటం. ధర్మపూర్వకమైన కోరికలను ఆయా ఆశ్రమాలలో - బ్రహ్మచర్య గృహస్థ వానప్రస్థాశ్రమాలలో ఆ ఆశ్రమ నియమాలకు కట్టుబడి తీర్చుకోవచ్చును. కాని, వాటిని మితంగానే ఉపయోగించుకోవాలనీ, స్త్రీపురుష సంబంధమైన కోరికలను సంతానార్థం మాత్రమే ఉపయోగించుకోవాలని మన శాస్త్రాలు చెబుతున్నాయి. కోరికలను అనుభవించేకొలది పెరుగుతాయేకాని తగ్గవు, తీరవు. కనుక, మనం ఇంద్రియాల విషయంలో చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. అర్థకామాల గురించి మన శాస్త్రాలేమంటున్నాయంటే -

శ్లో॥ అర్థ కామేష్వసక్తానాం ధర్మజ్ఞానం విధీయతే ।
ధర్మం జిజ్ఞాసమానానాం ప్రమాణం పరమం శ్రుతిః ॥
- మానవ ధర్మశాస్త్రం (2-13)

అర్థకామములపై ఆసక్తి లేనివారికే ధర్మజ్ఞానం కలుగుతుంది. వాటికి వశులైనవారికి ఏది ధర్మమో, ఏది కర్తవ్యమో తెలుసుకోవటానికి శ్రుతియే - వేదమే ప్రమాణం. మిగిలిన శాస్త్రాలన్నీ పరతః ప్రమాణాలు. అంటే వాటిలోని శ్లోకాలు లేదా మాటలు వేదానికి అనుకూలంగా ఉన్నవే ప్రమాణాలు. లేనివి కావు.

IV. <u>మోక్షం :</u> మోక్షం అంటే సర్వదుఃఖ నివృత్తి. పరమానంద ప్రాప్తి. మోక్షాన్ని గురించి పూర్వ కరపత్రాలలో చాలా విషయాలు తెలుసుకున్నాము కదా ! వాటిని

మరొకసారి చదవండి. పతంజలి మహర్షి తెలిపిన అష్టాంగ యోగమార్గంలో నిత్యం సాధన చేస్తూఉండాలి.

ఉదయ సాయంకాల సంధ్యావందనాలలో గాయత్రీ జపం తరువాత ఈ విధంగా సమర్పణం చేస్తూఉండాలి.

హేజగదీశ్వర ! దయానిధీ ! భవత్ కృపయా, అనేన జపోపాసనాది కర్మణా, ధర్మార్థకామమోక్షాణాం సద్యః సిద్ధిః భవేన్నః ॥

ఓ పరమేశ్వర ! దయానిధీ ! నీ కృపవలన మేము చేసిన ఈ జప ఉపాసనాది కర్మముల ద్వారమున ధర్మ+అర్థ+కామ+మోక్షాలు మాకు శీఘ్రముగ సిద్ధించును గాక!

అస్తు - మనం అట్లే చేస్తూ ఉందుముగాక !

నమస్కారము

ఓం నమః శంభవాయ చ మయోభవాయ చ
నమః శంకరాయ చ మయస్కరాయ చ
నమః శివాయ చ శివతరాయ చ ॥ (యజు. 16-41)

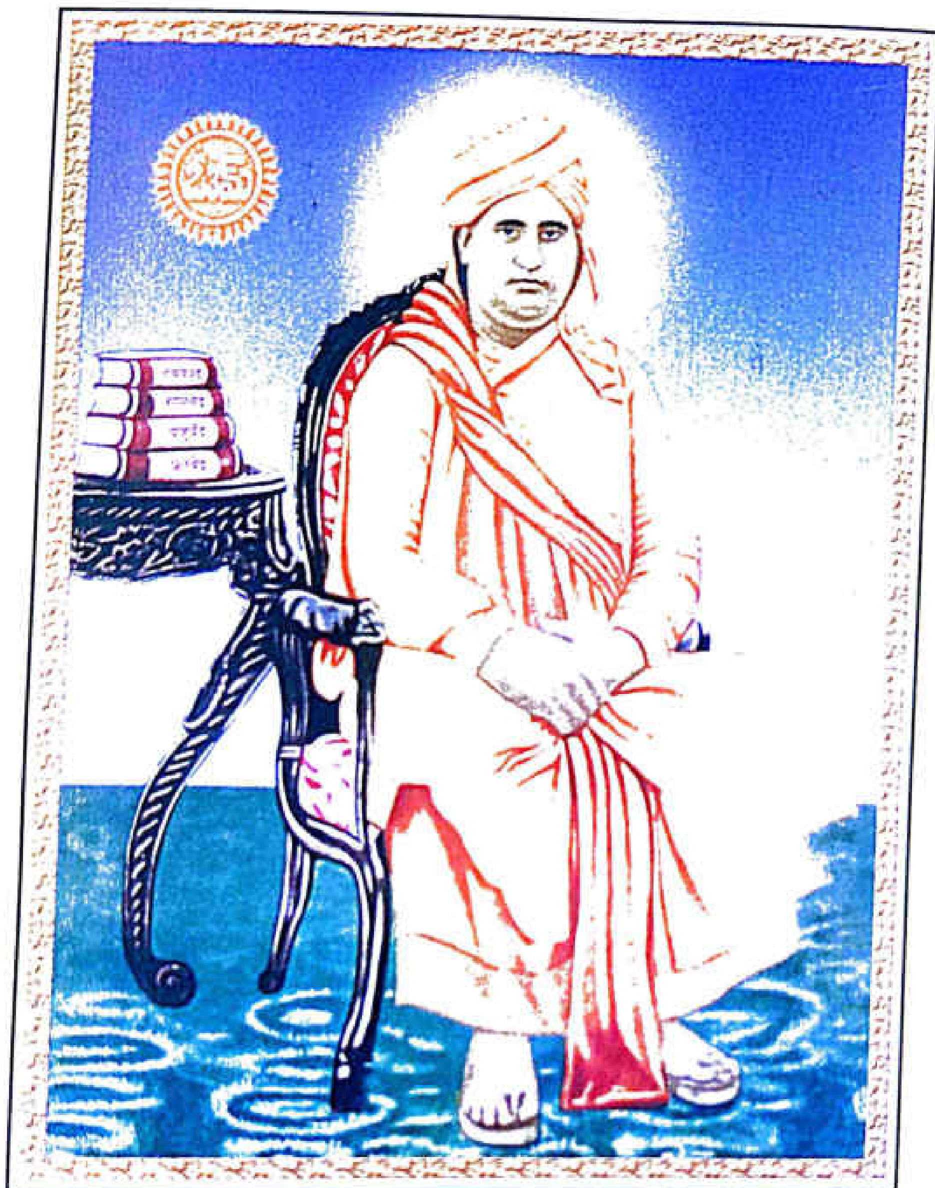
సుఖస్వరూపుడగు పరమేశ్వరునకు నమస్కారము. సర్వోత్తమ సుఖప్రదాతయైన ఈశ్వరునకు వందనములు. ఉపాసకులను ధర్మయుక్త కర్మలలో ప్రేరేపించు పరమేశ్వరునకు వందనములు. అత్యంత మంగళపదము మోక్షమునిచ్చు దేవదేవునకు వందనములు.

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః



Gayatri Series : 64
VEDARTHA VIGNANAM

Rs. 100/-



వేదార్థ ప్రకాశకుడు

మహర్షి దయానంద సరస్వతి

(1824-1883)

Published by :
GAYATRI ASHRAM TRUST
12-10-586/6, Arya Samaj - Medibavi,
Warasiguda, Secunderabad - 500 061.